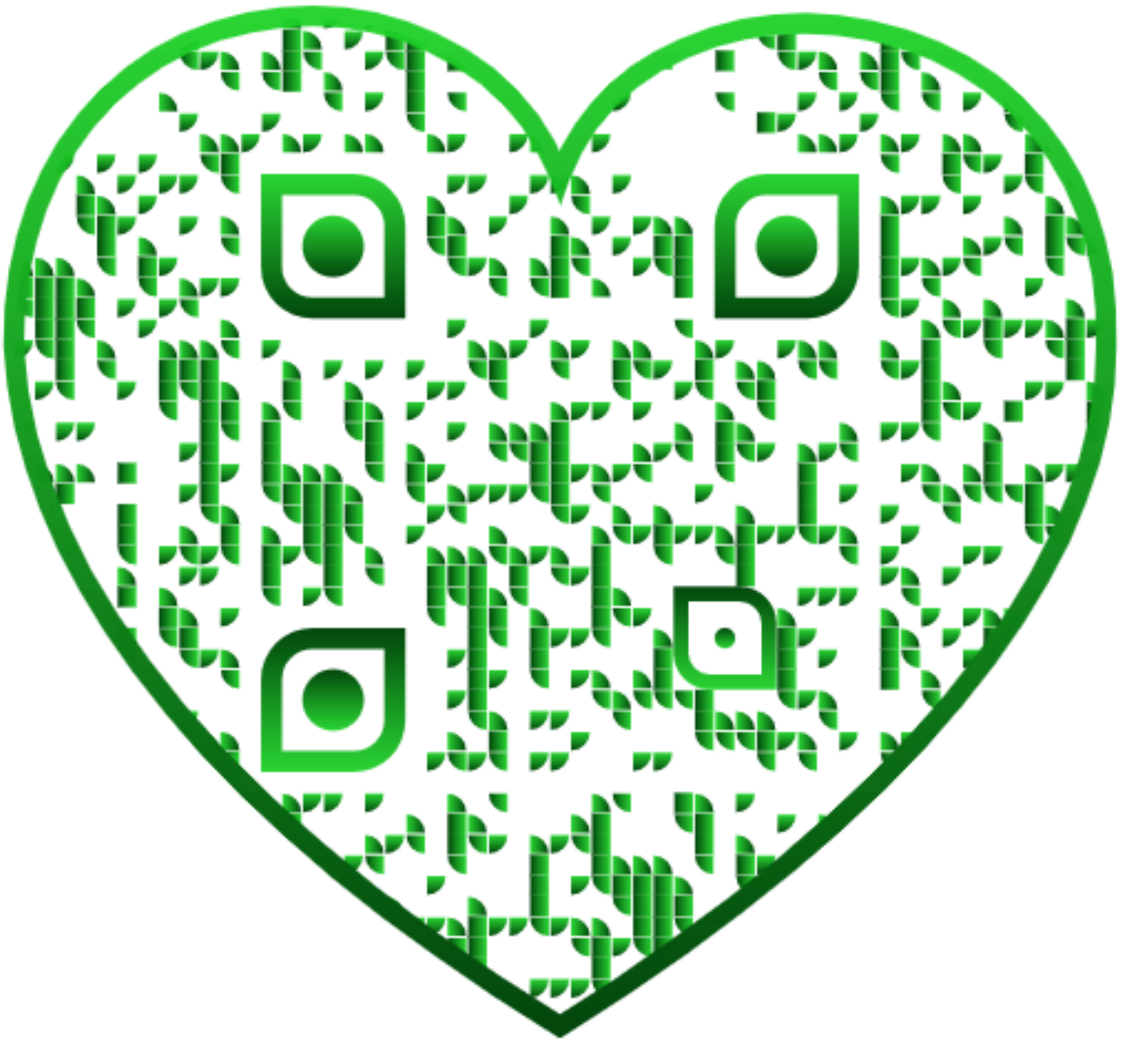
Alejandro
JODOROWSKY

La voie de l'imagination

De la psychomagie à la psychotranse



ACTES SUD



LE POINT DE VUE DES ÉDITEURS

Pendant des années, Alejandro Jodorowsky s'est assis à la terrasse du café *Le Téméraire* à Paris. Il lisait le tarot et conseillait gracieusement toutes celles et ceux qui venaient lui exposer leurs blessures et névroses les plus intimes. La psychomagie lui permet d'identifier la nature profonde du problème (bien souvent la cristallisation d'anciens traumatismes ignorés transmis à travers les générations) puis de proposer le bon acte guérisseur. Des actes forts qui ont pour but de reprendre le contrôle sur l'esprit. Les consultants s'engageaient ensuite à raconter leur "passage à l'acte" par écrit. Voici rassemblée une sélection de ces lettres qui troubleront les plus fervents adeptes d'une rationalité froide et désincarnée, aveugle, finalement, aux élans obscurs qui la fondent. Ces témoignages permettent de comprendre combien l'on peut berner notre inconscient en lui faisant croire que ce qui est imaginé, simulé, joué, est vrai. C'est ce pouvoir immense et méconnu de l'imagination qui intéresse Jodorowsky depuis toujours.

"Pour notre inconscient, tout ce que nous imaginons est réel."

Ce livre rassemble des décennies de réflexions et de pratiques psychomagiques ainsi qu'une introduction à la psychotranse, développant l'imagination comme forme de guérison ; c'est une excellente introduction au travail d'Alejandro Jodorowsky, accessible au grand public.

ALEJANDRO JODOROWSKY

Alejandro Jodorowsky, né en 1929 au Chili, vit et travaille en France. Hyper créatif, il est tout à la fois romancier, essayiste, scénariste de BD et de cinéma, cinéaste, tarologue, etc. Il a écrit de très nombreux livres, publiés notamment aux éditions Actes Sud.

DU MÊME AUTEUR

PSYCHOMAGIE, Albin Michel, 1995
LE THÉÂTRE DE LA GUÉRISON, Albin Michel, 1996
LE DOIGT ET LA LUNE, Albin Michel, 1997
L'ARBRE DU DIEU PENDU, Métailié, 1998
L'ENFANT DU JEUDI NOIR, Métailié, 2000
L'ÉCHELLE DES ANGES, Éditions du Relié, 2001
LA DANSE DE LA RÉALITÉ, Albin Michel, 2002
UN ÉVANGILE POUR GUÉRIR, Éditions du Relié, 2003
LA VOIE DU TAROT, Albin Michel, 2004
CONTES PANIQUES, Éditions du Relié, 2006
LA SAGESSE DES CONTES, Albin Michel, 2007
CABARET MYSTIQUE, Albin Michel, 2008
MU, LE MAÎTRE ET LES MAGICIENNES, Albin Michel, 2008
MANUEL DE PSYCHOMAGIE, Albin Michel, 2009
CONTES DE L'INTRAMONDE, Albin Michel, 2011
LE DIEU INTÉRIEUR, Éditions du Relié, 2011
MÉTAGÉNÉALOGIE, Albin Michel, 2011
LE TRÉSOR DE L'OMBRE, Les Humanoïdes Associés, 2012
À L'OMBRE DU YI JING, Éditions du Relié, 2014
LA VIE EST UN CONTE, Éditions du Relié, 2014
THÉÂTRE SANS FIN, Albin Michel, 2015
FABLES PANIQUES, Actes Sud, 2017
OPÉRA PANIQUE, Actes Sud, 2017
PASCALEJANDRO, *L'ANDROGYNE ALCHIMIQUE*, Actes Sud, 2017
365 TWEETS D'AMOUR, Albin Michel, 2017
365 TWEETS DE SAGESSE, Albin Michel, 2017
ALBINA ET LES HOMMES CHIENS, Albin Michel, 2018
ENQUÊTE SUR UN CHEMIN DE TERRE, Albin Michel, 2018

LE CHANT DU TAROT, Éditions du Relié, 2006, 2021

© Alejandro Jodorowsky, 2022
publié avec l'accord de Casanovas & Lynch Literary Agency.
© Actes Sud 2024 pour la traduction française
Photographie de couverture : © Pascale Montandon-Jodorowsky

EAN 978-2-330-18581-7

ALEJANDRO JODOROWSKY

LA VOIE DE L'IMAGINATION

DE LA PSYCHOMAGIE À LA PSYCHOTRANSE

Correspondance psychomagique

Traduction de l'anglais et de l'espagnol
par Amanda Prat-Giral

ACTES SUD

SOMMAIRE

Le point de vue des éditeurs

Alejandro Jodorowsky

La voie de l'imagination

Partie 1 - Naissance progressive de la psychomagie

Psychomagie, guérison et actes psychomagiques

Une conférence psychomagique - Université de Jussieu, Paris (1987)

Partie 2 - Correspondance psychomagique

Avertissement à la présente édition

Lectures gratuites de tarot au café Le Téméraire

Lettre 1

Lettre 2

Lettre 3

Lettre 4

Lettre 5

Lettre 6

Lettre 7

Lettre 8

Lettre 9

Lettre 10

Lettre 11

Lettre 12

Lettre 13

Lettre 14

Lettre 15

Lettre 16

Lettre 17

Lettre 18

Lettre 19

Lettre 20

Lettre 21

Lettre 22

Lettre 23

Lettre 24

Lettre 25

Lettre 26

Lettre 27

Lettre 28

Lettre 29

Lettre 30

Lettre 31

Lettre 32

Lettre 33

Lettre 34

Lettre 35

Lettre 36

Lettre 37

Lettre 38

Lettre 39

Lettre 40

Lettre 41

Lettre 42

Lettre 43

Lettre 44

Lettre 45

Lettre 46

Lettre 47

Lettre 48

Lettre 49

Lettre 50

Lettre 51

Lettre 52

Lettre 53

Lettre 54

Lettre 55

Lettre 56

Lettre 57

Lettre 58

Lettre 59

Lettre 60

Lettre 61

Lettre 62

Lettre 63

Lettre 64

Lettre 65

Lettre 66

Lettre 67

Lettre 68

Lettre 69

Lettre 70

Lettre 71

Lettre 72

Lettre 73

Lettre 74

Lettre 75

Lettre 76

Lettre 77

Lettre 78

Lettre 79

Lettre 80

Lettre 81

Lettre 82

Lettre 83

Lettre 84

Partie 3 - La psychotranse

Introduction à la psychotranse

PARTIE 1

NAISSANCE PROGRESSIVE DE LA PSYCHOMAGIE

Psychomagie, guérison et actes psychomagiques

La psychomagie n'est pas une invention de mon intellect. Sa naissance a été indépendante de ma volonté. Elle a émané, petit à petit, des activités artistiques que j'ai menées sous l'influence du *Contre-Ciel* de René Daumal, de *Dogme et rituel de la haute magie* d'Éliphas Lévi, du ballet expressionniste *La Table verte* de Kurt Joos, de la maxime des surréalistes nous exhortant à renoncer à la certitude au profit de l'incertain, du concept futuriste selon lequel la poésie est un acte, des théories d'Antonin Artaud qui voulait faire sortir le théâtre du théâtre, du film *Él* de Luis Buñuel, de mon amitié avec le maître zen Ejo Takata, de l'exploration de deux types de rêves lucides, de la pratique du massage initiatique, de ma rencontre avec la guérisseuse mexicaine Pachita et de ma psychanalyse avec Erich Fromm.

Cependant, psychanalyse et psychomagie ne se ressemblent en rien, quoique je reconnaisse l'influence de la première sur la seconde. Voici, dans les grandes lignes, en quoi elles diffèrent :

La psychanalyse doit être payante. La psychomagie doit être gratuite.

La psychanalyse interdit au thérapeute de toucher ses patients. La psychomagie recommande au thérapeute de toucher ses consultants.

La psychanalyse est une thérapie par les mots. La psychomagie est une thérapie par les actes.

Le psychanalyste analyse les rêves comme s'ils étaient réels. La psychomagie se propose d'analyser la réalité comme si elle était un rêve.

En psychanalyse, le problème du patient est analysé par les mots de sorte à trouver le traumatisme à l'origine du problème. Ainsi, le patient peut passer six, dix mois, des années même, à s'entretenir avec son thérapeute, jusqu'à se rendre compte, par exemple, qu'il ressent du désir d'ordre sexuel

pour sa mère. Mais prendre conscience de l'existence d'un traumatisme, ce n'est pas le guérir. Que peut alors faire le patient pour passer des mots à un acte guérisseur ?

Salvador Dalí souhaitait transposer ses rêves à la réalité. Pour ma part, j'ai suivi le chemin inverse : "On n'apprend pas à l'inconscient à parler le langage de la réalité. Il faut apprendre à la raison à parler le langage des rêves." À cette fin, la première chose à faire est de tirer au clair ce qu'on veut dire par "guérison".

Notre personnalité se décline en quatre volets : l'intellectuel, l'émotionnel, le sexuel et le corporel. Une maladie est toujours un entrecroisement de quatre maladies. Si l'on traite un niveau sans considérer les autres, le consultant ne peut pas être guéri. Une énergie unique doit animer et faire communiquer ces quatre langages (paroles, émotions, désirs et besoins) pour en créer l'union. Là apparaît l'âme. Si ces quatre énergies n'agissent pas ensemble, l'âme est malade. On ne peut pas être en parfaite santé si l'âme est obscurcie.

Quelles sont les maladies de l'âme ? L'ennui, la tristesse, le manque de joie de vivre, la phobie de mourir, l'insatisfaction permanente, la fatigue, le manque d'enthousiasme…

Lorsque l'on entreprend de guérir une personne, cela implique de s'atteler à la guérison de tout son être et devenir ainsi guérisseur du corps, du sexe, du cœur, de l'intellect… et de l'âme. Dans un acte de psychomagie, le guérisseur ne doit pas se poser de limites dans la guérison. Plus grave est le problème, plus difficile doit être l'acte.

J'ai commencé à donner des conseils psychomagiques, d'une façon expérimentale, à travers mes lectures gratuites du tarot de Marseille, pour un grand nombre de personnes. À cette époque, je pensais qu'on ne pouvait pas tirer de lois psychomagiques parce que la psychomagie en tant qu'art se défendait de toute loi. Je croyais être le seul à pouvoir la pratiquer, mais avec l'expérience, j'ai senti que je pouvais codifier certaines lois et

délimiter une base scientifique qui me permettrait de transmettre la psychomagie.

La première de ces lois est ce que j'appelle "tirer l'âne par la queue". Lorsqu'une personne a un problème, il faut l'enfoncer dans sa problématique pour l'en sortir. Je me suis inspiré d'une anecdote du psychanalyste américain Milton Erickson. C'était au Texas où il y avait un âne qui ne voulait pas rentrer dans son enclos. Tout le monde cherchait vainement à l'y pousser. Milton Erickson, à la différence de tous, lui a tiré la queue à contresens de l'enclos. L'âne s'est précipité vers son enclos.

Avant de créer la psychomagie, quand quelqu'un venait me voir avec un problème, en essayant de lui remonter le moral, je constatais que cela n'avait aucun effet. Par contre, si une personne a peur du vide et qu'on la met dans une chambre en totale obscurité, on la plonge au plus profond de sa phobie et c'est par cette expérience qu'elle peut guérir. Prendre la névrose comme alliée nous permet de trouver la solution.

Si une consultante a pour amant un éjaculateur précoce, la première chose à dire à cette femme est qu'elle a choisi cet homme parce que cela lui convenait. La seconde, c'est qu'en la niant sexuellement, son amant exprime d'une façon détournée sa colère contre les femmes. Voilà la source de son éjaculation précoce. Mais cette femme nourrit à travers cet amant sa propre colère contre les hommes en choisissant un partenaire qui la rend insatisfaite. Bien entendu, cette femme nous répondra qu'elle ignorait tout, mais il n'en reste pas moins qu'elle continue à subir sa relation. Cette situation l'arrange et si l'on accepte que l'inconscient sait tout, elle est d'une certaine façon complice de ce qui lui arrive.

À cette femme dont le mari ne tenait que vingt secondes avant d'éjaculer, je lui ai conseillé de faire l'amour avec un chronomètre pour savoir exactement en combien de temps son mari aurait son orgasme. Cela était la première étape. La femme devait ordonner à son mari de faire l'amour en y mettant une injonction, "Tu dois éjaculer en dix secondes et

non pas en vingt", c'est-à-dire le mettre dans un état de contrainte où il serait dans l'obligation d'éjaculer plus vite que d'habitude. Elle devait lui donner cet ordre et, dès qu'il la pénétrerait, se mettre à l'insulter. Ainsi, elle s'autoriserait à expulser sa colère contre les hommes, et comme son mari était forcé d'éjaculer le plus rapidement possible, il n'allait pas le faire pour que sa femme reste insatisfaite. Effectivement, lors de la réalisation de l'acte, il a tardé une demi-heure avant d'éjaculer.

L'inceste est une constante qui se retrouve dans bon nombre d'arbres généalogiques. Dans un couple, généralement l'un des partenaires reproduit des conduites de son père ou de sa mère. La subtilité réside dans le fait que parfois l'homme peut reproduire le comportement de sa mère et non celui de son père et *vice versa* pour la femme. Souvent, j'ai vu dans les arbres généalogiques des femmes qui épousaient des hommes portant le prénom de leur frère préféré ou bien celui de leur père. Ces femmes sont pour la plupart frigides parce qu'elles sont restées fixées à la culpabilité de ce désir incestueux. J'ai conseillé à une consultante de dérober du linge sale de son père et d'en habiller son amant pour lui faire l'amour. Elle solutionnerait sa frigidité parce qu'elle accepterait à travers son amant le glissement de l'inceste avec son père, sans le commettre réellement mais en le réalisant métaphoriquement afin de s'en libérer. Elle ne lutterait plus contre ce désir, et elle l'assumerait en pleine conscience dans le cadre d'un travail thérapeutique qui consisterait en la réalisation de son fantasme de façon métaphorique. Dans ce cas, si son père était décédé, pour réaliser l'acte, je lui aurais demandé qu'elle fasse reproduire une photo de lui sur une chemisette qui aurait servi de vêtement à son amant.

Un autre élément que j'ai beaucoup utilisé en psychomagie, ce sont les cimetières. Dans le cas d'un consultant qui n'avait pas pu exprimer toute sa colère à une personne décédée, j'ai osé l'envoyer déféquer sur son tombeau. Cet acte est vécu comme une libération de la colère, du non-dit. Voici une lettre du consultant :

“J’avais un acte à faire sur le tombeau de ma grand-mère abusive et cela se passait dans un petit village en Bretagne dont elle était la châtelaine. Je me suis dit que si quiconque passait pendant que je faisais mes excréments, j’allais directement me retrouver en prison. Mais en fait, quand je suis arrivé, il y avait plein de monde dans ce cimetière, des petites vieilles bretonnes qui fleurissaient des tombes, et quinze minutes plus tard, il n’y avait plus personne et j’ai pu rester tranquille pour pouvoir réaliser mon acte.”

Quand l’acte est entrepris, il s’opère une transformation chez le consultant même s’il croit ne pas pouvoir le faire, la réalité se prête au changement et s’adapte. Les bonnes conditions extérieures s’offrent d’une façon inespérée. Se produit une connexion magique, la réalité collabore avec le guérisseur.

Un cas très courant est l’inversion des archétypes, c’est-à-dire la mère plutôt masculine et le père à tendance féminine, ce qui peut parfois causer certains problèmes chez leur enfant. Dans ce cas, pour agir sur l’inconscient, je dois remettre les archétypes à leur place et le moyen que j’utilise est le suivant : le consultant invite ses parents mais la mère est habillée en homme, et le père en femme. Ils doivent s’échanger leurs vêtements devant lui et ainsi récupérer leurs identités.

Un autre problème se répète : des femmes ayant des règles douloureuses. C’est la souffrance d’une féminité refusée. Je leur demande d’utiliser leur sang menstruel comme un outil de créativité et de plaisir, en faisant leur autoportrait.

Dans le cas de femmes qui n’ont pas leurs règles, je leur prescris que durant plusieurs mois, elles imitent un cycle menstruel au bout duquel elles mettront du sang artificiel dans leur vagin pour simuler la période de leurs règles et ainsi, par le biais de l’imitation, réguler leur corps.

Le théâtre est réel pour l’inconscient, donc si l’on interprète théâtralement une difficulté, elle prend place dans le réel et l’on peut

directement agir sur cette concrétisation.

Voici un exemple : une jeune femme dont la famille se réunissait chaque mois autour d'un repas la traitait de perroquet dès qu'elle parlait. Je lui ai demandé qu'au repas suivant, elle se présente devant tous déguisée en perroquet. Cet acte libérateur, consistant à extérioriser les définitions que l'on subit en les rendant visibles à leurs auteurs, a créé une véritable commotion dans la famille.

Un autre exemple : j'ai conseillé à une femme, que sa mère traitait comme une petite fille, d'aller la voir vêtue comme une enfant, et portant une valise. Elle devait se déshabiller devant elle et, une fois complètement nue, sortir de sa valise une robe affriolante et une perruque volumineuse pour se métamorphoser en femme séduisante.

Une autre loi : pour obtenir une chose qui ne nous fut jamais donnée, il est utile de la vivre de façon métaphorique.

Dans mon livre *Métagénéalogie*, j'explique le rôle primordial de l'accouchement dans la naissance. J'ai utilisé la psychomagie afin de restituer au consultant des informations qui ont manqué à son développement et à son épanouissement émotionnel.

Nous avons le droit fondamental de naître de parents qui s'aiment : notre conception doit être le fruit d'un orgasme du père et de la mère. Nous avons le droit d'être attendu, de ne pas avoir le sentiment d'être une charge, d'avoir un père attentif à notre gestation, une mère sereine pendant sa grossesse et de sortir du ventre maternel non pas comme une tumeur mais comme une offrande, d'être reçu par notre père et non par le médecin, de rester sur la poitrine de notre mère sans qu'on nous coupe le cordon ombilical après le temps nécessaire afin d'être séparé en douceur de notre mère.

C'est pour introjecter ces différentes informations que j'ai créé le massage de naissance. Ce travail est pratiqué sur des personnes qui ont eu des problèmes à leur naissance, comme de ne pas avoir été désirées. Si la

femme porte pendant toute sa grossesse ce refus, elle le transmettra au fœtus. Et l'enfant se développera durant ces mois de gestation dans le ventre maternel avec la sensation que lorsqu'il naîtra, il sera rejeté. Ou bien les parents veulent un garçon et c'est une fille ou *vice versa*. L'enfant va symboliser la déception confrontée au désir des parents. Toutes ces craintes provoquent des accouchements prématurés, des césariennes, des naissances par le siège.

Dans le rituel du massage de naissance, l'acte métaphorique est dirigé dès sa conception pour démontrer au consultant que c'est lui qui a choisi son père et sa mère. Il déclare à ses deux masseurs : "Tu es mon père et tu es ma mère. Vous ne vous connaissez pas mais selon mon désir vous allez vous rencontrer pour me concevoir et me faire naître parce que je vous ai choisis."

La première chose que les masseurs font est de ramener la personne, totalement nue, à son état fœtal. Ensuite, elle est placée entre les jambes de la mère de substitution, sous un drap tiède pour reproduire la chaleur du ventre maternel, avec un cordon de soie qui relie la taille de la mère à son enfant symbolisant le cordon ombilical.

Les masseurs unissent leurs mouvements pour masser à quatre mains. Ils reproduisent en un temps réduit tout le processus de conception et de gestation jusqu'à la naissance de l'enfant et c'est la mère qui coupe le cordon ombilical.

À travers cet accouchement métaphorique, on aide l'enfant à grandir et à devenir l'adulte qu'il aurait dû être, et on l'habille avec des vêtements neufs qu'il a choisis lui-même avant le massage.

L'avortement est aussi d'une importance capitale dans les histoires généalogiques. Une femme ayant vécu un avortement peut parfois en garder un souvenir traumatisant surtout si cela a été fait dans la solitude ou dans le secret. Comment faire pour guérir ce traumatisme ?

La femme doit trouver un partenaire qui lui soit agréable. Même si elle garde une colère contre les hommes du fait de son traumatisme, en acceptant l'aide de ce partenaire, cela lui donnera l'opportunité de pardonner au moins à l'un d'eux. Elle doit imaginer le fœtus et choisir un fruit qui le symbolise, telle une mangue ou une pomme. Elle doit ensuite porter ce fruit sur son ventre maintenu par un bandage de couleur chair roulé autour de sa taille. À l'aide d'un ciseau, son compagnon doit couper très doucement ce bandage et mimer l'effort d'extraction du fœtus, comme s'il avait une grande difficulté à l'extirper du ventre maternel.

C'est à ce moment précis que la femme doit exprimer tout ce qu'elle a ressenti quand elle a vécu cet avortement. Si elle ne s'en souvient pas, la mémoire va surgir dans la réalisation de cet acte, que ce soit des cris, des larmes. On dépose le fruit dans une boîte comme un petit cercueil que la mère aura construit avec toute sa dévotion. On referme cette boîte et l'on choisit dans la nature un lieu agréable où l'on puisse l'enterrer accompagnée d'une belle plante.

Une vraie interruption de grossesse doit se passer dans les meilleures conditions possibles. L'homme doit être présent et assumer ses responsabilités. Ce ne doit pas être l'histoire d'une femme solitaire, non accompagnée. L'IVG doit être vécue avec un père aimant, que ce soit l'homme qui l'a mise enceinte ou bien un ami qui le représentera. Il faut dans la mesure du possible obtenir le fœtus afin de faire le rituel d'enterrement.

Si une IVG métaphorique est réalisée en respectant les mêmes conditions décrites plus haut, il n'y aura pas de séquelles pour la femme et elle ne subira plus cet acte comme une violence corporelle dans une solitude teintée de honte ou de regret.

Supposons qu'une femme qui a plusieurs kystes à l'utérus désire avoir un enfant et n'y arrive pas. Généralement, des kystes dans l'appareil reproducteur signifient qu'on reproduit le problème de la mère vis-à-vis des

avortements. Cette femme aura accumulé une colère contre sa mère et même une haine inavouée qui se manifestera dans la formation des kystes. Être enceinte sera chargé de négativité parce que les kystes peuvent quelque part être assimilés à des fœtus avortés.

On va rendre métaphoriquement l'avortement possible et agréable. Je conseille de commander à un pâtissier la fabrication d'un bébé en pâte d'amandes. Ce bébé sera modelé comme une fusée, les bras collés au corps, et cette femme devra l'introduire dans le vagin et l'y maintenir le plus longtemps possible. L'acte est gênant mais il est important de le faire ! À ce moment-là elle sera apte à accepter la maternité parce qu'elle aura vaincu sa peur.

Cela reste très mystérieux, mais il y a une étroite relation entre les fausses couches et les morts violentes telles que des accidents, des suicides ou des assassinats advenus dans les générations précédentes. Quelque part, la fausse couche reproduit symboliquement une ou plusieurs morts brutales comme si, par la magie de l'inconscient, cette mort revendiquait le droit à être reconnue. Selon cette interprétation, il faut repérer dans l'arbre généalogique du consultant à qui correspond cette fausse couche : un oncle, un frère, une mère… Ce serait comme une demande de l'invisible de trouver la paix en honorant ce défunt et ensuite aller sur sa tombe, la nettoyer, y déposer des fleurs et prier.

En ce qui concerne les enfants mort-nés, on peut les concevoir telle une ébauche de la nature semblable à l'esquisse d'un peintre avant de réaliser son œuvre finale. Si cela ne se porte pas sur le premier-né mais sur un second enfant, il faut envisager l'organisme maternel comme un assassin dans son désir inconscient d'éliminer le fœtus et il est nécessaire d'aller fouiller si ce n'est pas une profonde volonté inconsciente de faire disparaître un membre de la famille. Dans le cas d'une femme qui serait enfant unique, elle pourrait par exemple, à travers ses organes, intérioriser

l'aspiration secrète de sa mère dans l'élimination d'un de ses frères ou d'une de ses sœurs.

Une loi s'est révélée dans mon étude des fausses couches. Quand la mère refoulait un désir d'avorter, cette pulsion proscrite se manifestait dans des avortements inconsciemment intentionnels, déguisés en fausses couches. Si parmi les ascendants, la mère, la grand-mère ou l'arrière-grand-mère a souffert de maternités à répétition, la transmission directe d'inconscient à inconscient conduit la consultante à entraver ses ovaires pour respecter l'ordre inconscient de cesser de donner naissance, au moyen de fausses couches. Si la consultante se sent coupable d'assassinat, elle ne l'est aucunement. En réalité, elle est plutôt l'objet d'une possession corporelle d'une ou de plusieurs femmes de son arbre généalogique. La mort des fœtus peut aussi signifier la culpabilité du désir incestueux de la femme. Cela se retrouve assez fréquemment chez des femmes ayant une forte fixation sur le père. La femme paye ce péché en s'autocondamnant quand elle est enceinte par l'élimination de l'enfant qu'inconsciemment elle croit avoir fait avec son père.

Pour certaines personnes, la perte de l'argent peut être vécue de manière aussi tragique que la perte d'un fœtus parce que dans les deux cas, cela est souvent relié à un problème de créativité.

Nous n'avons pas tous le même argent, il faut bien le comprendre : 100 dollars dans notre poche, ce n'est pas 100 dollars dans la poche d'un autre. Selon l'arbre généalogique, on peut avoir une conception d'un argent souillé, idéalisé ou méprisé. Si tu viens d'une famille riche où l'on vit d'héritage en héritage, ta créativité en souffrira parce que tu ne sais pas créer ton propre argent et tu auras des problèmes pour en gagner. Si tu ne crées pas ton propre argent, tu seras toujours en train de vivre avec la créativité de tes parents. Ce n'est pas de "l'argent d'adulte", c'est de l'argent d'un enfant qui le reçoit comme un jouet.

Pour des consultants issus de familles pauvres, je leur fais coller sous chaque chaussure une pièce d'or pour qu'ils marchent toujours sur la richesse. Parfois je conseille un massage d'argent où la personne est massée de la tête aux pieds avec des billets pour que son pouvoir soit absorbé par la peau.

Pour les personnes qui, à cause des problèmes économiques de leurs parents, ont le sentiment de ne pas avoir eu d'enfance, comment récupérer ce manque ?

Je demande au consultant ce que représente une somme importante pour lui et s'il peut en disposer. Quand il a réuni par lui-même ce montant, je lui recommande d'aller dans un casino et de jouer cet argent. La consigne est stricte et sans appel : "Va et joue jusqu'à ce que tu perdes tout. Et si tu gagnes, continue à jouer jusqu'à tout perdre quel que soit le temps que cela te prend." De cette manière, le consultant apprendra à jouer avec plaisir en se donnant la permission de perdre. Cela agira comme un acte de réparation vis-à-vis de son enfance.

Une de mes consultants s'est mise à jouer 2 000 dollars, mais le problème est qu'elle a gagné une somme d'argent si importante qu'à un moment donné, elle n'a plus eu le droit de jouer. Dans les jours qui ont suivi ce gain qu'elle avait gardé, il est arrivé un problème dans sa famille et elle a été obligée de payer une somme d'argent pour son fils qui correspondait exactement à ce qu'elle avait gagné au casino.

Ceci est le cas le plus extrême que j'ai traité : un homme à la lisière de la folie avait vu son père et sa mère exploser à cause d'une bombe cachée dans leur voiture, pendant la guerre d'Algérie. Il en avait éprouvé un immense plaisir tellement il les détestait. Inconsciemment il était dans la souffrance d'une culpabilité maximale. Comment l'en sortir ?

Je lui ai demandé d'estimer la somme d'argent dont il pouvait disposer pour sa guérison et d'investir cet argent dans des bijoux. Ensuite, retourner sur le lieu de l'explosion et y enterrer ces bijoux. Cela a complètement

solutionné sa folie. J'ai utilisé sa culpabilité en l'obligeant à y mettre un prix élevé afin qu'il s'en libère, en payant pour sa culpabilité. Si l'on est conscient d'avoir fait du mal à quelqu'un, un cadeau est nécessaire parce qu'il constituera un acte de réparation.

Une femme portant des bijoux de valeur est venue me consulter, très préoccupée : "J'ai été escroquée de 300 000 francs. Cet argent me venait de mon père et un escroc m'a promis de le faire fructifier… Je me suis fiée à lui. Maintenant il est en prison. Comment faire pour récupérer mon argent ?" Je lui ai répondu : "Cet argent est en toi et il faut que tu apprennes à gagner 300 000 francs. Tu dois reconnaître ta propre valeur et non pas t'estimer en fonction de l'argent de ton père. Tu n'as rien perdu… Cet argent n'était pas le tien et cet homme en te volant t'a fait du bien. Tu dois lui envoyer une lettre rédigée dans ce sens : « Je te remercie profondément parce qu'en me dépouillant de ce qui n'était pas à moi, tu m'as permis de devenir moi-même et de développer un métier pour gagner mon autonomie financière. Merci beaucoup. » Et tu ajoutes à ce courrier une belle poupée comme cadeau. Par cet acte, tu lui rends ton enfant intérieur et tu ouvres un commerce où facilement tu récupéreras cette somme."

Je reproduis ici la conversation que j'ai eue avec un autre consultant, sur des histoires d'argent :

— J'ai un problème financier important, je gagne de l'argent mais je suis toujours en situation de dettes. Mon père est mort, par ailleurs… qu'est-ce que je peux faire ?

— Voyons premièrement ce que signifie la dette. S'endetter est un moyen détourné d'exprimer que nous sommes redevables. Mais dans ton cas, ce n'est pas toi qui dois quelque chose, c'est à toi qu'on le doit. Comme l'argent est phallique, il va symboliser l'argent du père et indiquer que ton père est en dette avec toi. Tu réclames la communication que tu n'as jamais eue avec lui. Tu dois faire des photocopies de toutes tes dettes, les mettre dans une boîte, aller sur le tombeau de ton père et les y déposer

accompagnées d'une couronne funéraire réalisée avec les feuilles d'un arbre que tu dois peindre en doré.

Tu termines ton acte en disant : "Maintenant parlons ! Je vais te dire tout ce qui m'a manqué." Ainsi, tu commenceras à régler tes créances.

— Je n'ai pas de lieu où peindre les feuilles d'arbre. Ne pourrais-je pas les remplacer par de belles fleurs jaunes ?

— Ce ne serait pas la même chose !

Une troisième loi de la psychomagie énonce que l'inconscient doit apprendre à obéir. En psychomagie, souvent la première réaction de la personne est ce que j'appelle "la phase de marchandage". Je donne un acte très précis et le consultant cherche à l'accommoder à sa façon.

Quand on s'engage sur un contrat en psychomagie, il faut exiger qu'il soit respecté dans tous ses détails sans aucune discussion. L'acte donné doit être fait au pied de la lettre sinon il ne marche pas ! Mais parfois j'agis à contresens en donnant un conseil si difficile ou bien à la limite de l'impossible que le consultant préfère s'accepter tel qu'il est. C'est ainsi qu'à un homme qui refusait sa calvitie, j'ai suggéré un remède infaillible pour lui faire pousser les cheveux : s'enduire le crâne d'un kilo d'excréments de rats. La thérapie a conduit non pas à la repousse des cheveux, mais à l'acceptation de la calvitie.

J'ai traité une femme frigide qui ne supportait pas que son amant lui touche les fesses. Elle avait été violée analement et elle était restée fixée sur ce traumatisme. Je lui ai demandé d'acheter dans un sex-shop un phallus de la taille de ce dont elle se rappelait du sexe de son violeur, et qu'avec ce faux phallus elle pénètre son amant… Le problème s'est réglé. Son amant a accepté parce qu'il est évident qu'un homme étant avec une partenaire qui n'a pas de plaisir exprime ainsi son mépris de la femme et cela lui convient.

La femme doit pendant la relation sexuelle sortir toute sa colère accumulée, insultant son partenaire. Après, il fallait que le couple aille à la campagne, qu'ils fassent l'amour et quand la femme sentait son excitation

monter mais sans arriver à atteindre l'orgasme, qu'elle allume la mèche d'un feu d'artifice qu'elle avait soigneusement préparé pour la circonstance et qu'elle voie l'orgasme éclater à l'extérieur d'elle-même. Par l'introjection mentale de cet exemple, cela lui permettrait de s'en sortir en atteignant l'orgasme.

On peut aussi proposer des actes moins complexes tels qu'une femme frigide qui se frotterait tout le corps avec la photo d'une actrice qu'elle considérerait comme un emblème de la séduction féminine. C'est un processus d'intégration afin que la peau absorbe la séduction féminine de l'actrice.

Je ne guéris pas en fonction de principes moraux qui agissent en termes de fautes ou de péchés. La sainteté n'est pas thérapeutique dans le sens où si l'on est assujetti à des préjugés religieux, on occulte le côté obscur de la psyché et on nie la réalité du problème. Si je sens qu'un consultant nourrit un désir de tuer son père, il ne s'agit pas d'étouffer cette pulsion mais de lui donner l'autorisation de la vivre métaphoriquement. Donc, il devra acheter un coq, l'égorger, le cuisiner et le manger avec des amis. La colère disparaîtra…

Une femme est venue m'exprimer à quel point elle se sentait seule. Généralement cette solitude extérieure dissimule un pacte secret enfantin qui consiste à vivre à l'intérieur de soi en couple avec quelqu'un d'interdit. Par exemple : "Papa, je t'aimerai toute ma vie, je ne serai qu'avec toi…" La personne respecte ce contrat et se condamne à la réclusion dans une appartenance émotionnelle fantasmatique.

Voilà mon acte de psychomagie : "Prends un papier parchemin et écris en tête de page « Contrat avec… », en citant le nom de la personne avec laquelle tu te sens liée. Tu ajoutes : « Je te promets que je n'aimerai que toi toute ma vie… » Tu signes de ton nom et tu y mets une goutte de ton sang. Tu roules ce parchemin et tu le brûles dans un lieu de ton choix en plantant un végétal sur ces cendres. Tu te retires en disant : « À partir de ce jour, je

viendrai une fois chaque jour pendant une semaine arroser cette plante avec de l'eau fortement salée pour qu'elle ne grandisse pas. »"

Si, après cet acte, elle désire enfin rencontrer un amant, je lui recommande d'enduire de miel les lèvres de son vagin et d'aller dans un club de tir. Le revolver par sa forme phallique et le bruit de ses détonations devient un organe d'expression. En la plongeant dans le monde des hommes, en lui faisant manipuler des armes de mort, je la confronte à sa colère pour qu'elle puisse s'en libérer. Dans ce lieu où règne le masculin, il y aura probablement un homme qui s'approchera d'elle pour la séduire…

Pour des enfants qui souffrent d'énurésie, je demande aux parents de passer une nuit avec leur enfant, en ayant bu chacun un litre d'eau avant de s'endormir et l'obligation pour tous d'uriner au lit. Cela devient une fête et le problème se dissout.

Un homme me dit :

— J'ai une douleur à l'estomac très violente qui surgit après avoir mangé ou bien lorsque j'ai une émotion. La première fois que cela s'est produit, c'était lors de la séparation avec mon petit garçon suite à mon divorce assez tragique. La mère m'a reproché de faire des jeux sexuels avec lui uniquement parce qu'elle avait appris qu'on se baladait nus dans l'appartement. J'ai été coupé de mon fils pendant deux ans et je n'ai jamais pu me défaire de cette douleur.

Je lui réponds :

— La brûlure à l'estomac est en relation avec la colère que tu as contre cette femme qui t'a séparé de ton enfant, mais elle n'est que la transposition de ta colère enfantine vis-à-vis de ta mère. Elle t'a allaité ou non ?

— Elle m'a allaité mais elle n'a jamais eu de tendresse physique pour moi.

— Donc, elle ne t'a pas vraiment donné son sein puisqu'elle a vécu cette relation sans amour. Voici un acte pour récupérer cette information qui est la source de ta souffrance. Tu dois être allaité avec caresses et tendresse.

Son lait était indigeste car ce manque d'amour te brûlait au niveau de l'estomac et tu reproduis cette brûlure. Tu ressentais son refus maternel à travers son lait. Tu dois demander à ta maîtresse de mettre des faux seins remplis de lait concentré sucré et tu dois téter pendant que tu fais l'amour avec elle.

On m'a souvent demandé comment j'identifiais la nature du problème qui serait la source de l'acte que j'allais prescrire au moment où l'idée me vient. Généralement, la personne pense qu'elle a un problème individuel alors qu'elle porte un problème généalogique. C'est à travers les méandres de la légende familiale dans toute sa philosophie, ses conceptions morales et religieuses que j'établis les points de connexion. La programmation de l'arbre agit sur l'inconscient comme une flèche et quand la flèche est lancée, on ne peut la dévier de son but. L'inconscient se doit de l'accomplir comme un ordre auquel la personne se doit de répondre. La névrose familiale a automatiquement une finalité autodestructive et la psychomagie pousse le consultant à la réalisation de cette finalité, par le biais d'un acte métaphorique, afin de satisfaire l'inconscient. Si l'individu a besoin de tuer ses parents, il faut qu'il le reconnaisse et qu'il prenne la responsabilité de ce qu'il ressent afin de désamorcer son désir. La guérison de l'arbre, c'est se donner les moyens de mettre à exécution métaphorique sa programmation autodestructive.

L'arbre généalogique est un outil thérapeutique qui met en évidence toutes les formes de possession psychique transmises à travers les générations, selon des repères tels que les prénoms, les dates de naissance et de mort, le cursus des maladies, les conflits, les trahisons, les divorces, les abus, les échecs, les suicides, les angoisses économiques, etc. Un processus de répétitions que le consultant vit comme un labyrinthe. La psychomagie est un passage à l'acte métaphorique qui permet d'agir sur la réalité et de la transformer.

Dans la psychomagie, le consultant devient son propre guérisseur. Je pars de la base que c'est antithérapeutique de donner une solution à quelqu'un. Il faut que la personne se guérisse elle-même et faire en sorte qu'elle devienne son propre magicien, son autothérapeute. Quand un autre agit à votre place, le pouvoir de guérison est anéanti dans le sens où il y a une perte d'identité du fait qu'on se laisse pénétrer par une identité de substitution, ce qui est pathologique. C'est notre propre identité qui doit se sauver et c'est pourquoi le consultant doit devenir son propre maître. C'est toute la différence entre donner une recette de cuisine à quelqu'un et lui servir le plat déjà cuisiné. La psychomagie délivre une ordonnance constituée de tous les actes à réaliser et le consultant doit tout faire pour la respecter au pied de la lettre. Cela nécessite une volonté de guérir, une recherche, un intérêt à le faire. La personne va se diviser en deux : le malade et le guérisseur, et c'est là que la guérison commence. Dès que la personne se met en attitude de réaliser l'acte, il y a déjà une partie d'elle-même qui est sauvée. C'est le guérisseur qui apparaît à l'intérieur d'elle-même.

J'ai travaillé avec une femme dont la mère avait été assassinée à coups de hache par une bonne. Je lui ai demandé de faire une étude excessivement détaillée sur les haches afin qu'elle puisse arriver à une signification positive et mythique de la hache. Par le biais de cette initiation, elle a pu nettoyer l'objet du drame, l'exalter et vivre inconsciemment cette transformation.

La sublimation nourrit la transformation ; l'élément de mort devient un élément de vie.

On m'a demandé ce que je pensais du traumatisme verbal dans l'arbre. Chaque mot est un danger en soi si l'on ne prend pas conscience de sa prise directe sur l'inconscient. J'ai l'exemple d'un thérapeute qui en s'adressant à l'un de ses patients lui a fait cette remarque : "Tu as l'index trop long." Le lendemain, cette personne s'est blessée à cet index en bricolant avec une

scie. Il n'aurait jamais dû utiliser le mot "trop" ; il aurait été préférable de dire "très". Trop long, c'est une critique ; très long, c'est une constatation.

J'ai prescrit un acte de psychomagie à un homme qui ne pouvait pas jouir de la vie tant sa mère l'avait noyé sous des prédictions négatives : "Tu ne feras jamais rien… Qui voudra de toi ? Quel maladroit !" Il devait noter chaque phrase qui l'avait blessé sur une feuille de papier et les coller sur son corps nu. Ensuite, un de ses amis devait, le plus délicatement possible, les lui décoller une à une.

Quelle est la résistance qui s'opère à la réalisation de l'acte ? La névrose, comme la souffrance, est une attache parce que c'est l'expression d'une demande d'amour inassouvie. À travers cette fixation se forge une fausse identité. Accepter le processus de guérison, c'est se couper de la demande d'amour et de la fausse identité liée à cette demande. Au commencement, on ne parvient pas à visualiser une autre forme d'être et trouver sa véritable identité génère une angoisse. Cela est dû à un manque d'expériences qui n'ont rien à voir avec les mots. En n'ayant pas vécu ces expériences dans l'enfance, on se retrouve totalement démuni sur les moyens de s'en sortir.

La psychomagie rétablit l'information initiale et nous connecte à notre être essentiel. La maladie n'est rien d'autre qu'un égarement par rapport à notre être essentiel, en nous faisant passer pour ce que nous ne sommes pas. On vit une espèce de comédie oppressante où l'on se force à des conduites, à des idéaux, à des métiers, à des relations sans amour, c'est-à-dire à une injonction répétitive imposée par l'arbre : "Ne sois pas ce que tu es, sois ce que nous voulons que tu sois, c'est-à-dire ce que tu n'es pas." La guérison doit nous ramener au présent. Une personne en état de malaise psychique se distingue en vivant dans le passé ou le futur mais jamais dans l'instant présent. En n'étant pas elle-même, comme absente de son présent et en créant des plans à accomplir dans le futur comme des finalités

inaccessibles, elle vit un état pathologique d'autodestruction. Le consultant ne vient pas pour être soigné mais pour se trouver lui-même.

Les questions qu'on doit lui poser sont : "Comment vous sentez-vous ? Est-ce que vous aimez ce que vous êtes ? Est-ce que vous aimez vraiment ce que vous aimez ?" Il doit être replongé totalement dans ce qui le blesse, pour ensuite pouvoir aller de l'avant. La coupe doit être bue jusqu'à la lie si l'on veut atteindre l'élévation.

La métaphore est l'outil avec lequel il nous faut travailler. L'être humain en colère est tel un enfant. Son désir est comme la trajectoire d'une flèche qui aurait été lancée et que rien ne peut arrêter. S'il éprouve le besoin de couper la tête de quelqu'un, il est nécessaire que le psychomage donne à son consultant les moyens pour que sa flèche atteigne son but en ayant recours à la métaphore. Cette métaphore étant aussi réelle et vraie que la réalité elle-même.

Le corps conscient absorbe de la sorte la valeur de la métaphore apportée par l'inconscient. S'il y a un fils qui éprouve le besoin de s'affranchir de l'autorité de son père (qu'il affirme vouloir tuer), il surpassera sa souffrance en passant à l'acte métaphorique de la décapitation d'animaux dans une usine de volailles.

De toute façon, il faut savoir que, bien souvent, les gens qui viennent me demander de l'aide n'ont pas réussi à définir clairement quel est le mal qui est à la source de leur souffrance. Le consultant ignore ce sur quoi porte son angoisse véritable. Cela est manifeste lorsque je demande parfois à quelqu'un d'imaginer que je suis un magicien qui va lui accorder la réalisation d'un vœu. Or, c'est précisément à ce moment-là que l'on voit que la personne ne sait pas comment aborder son problème, elle s'égare dans le discours et ne sait pas comment formuler sa demande. Il est parfois nécessaire de "se saisir" de la métaphore qui se dégage du langage, de revenir sur les expressions employées par l'intéressé lui-même.

Ainsi, une jeune femme qui se plaignait de l'attitude qu'elle adoptait quand elle se retrouvait face à des hommes s'exprimait de la sorte : "Je manque de couilles." Le remède a donc consisté à lui procurer ces attributs qui semblaient lui faire défaut. Par conséquent, je lui ai conseillé de se fabriquer un pénis avec des billets de banque enroulés dans leur longueur, accompagnés de deux boules de relaxation, de les mettre dans sa culotte, et d'aller ainsi se promener dans la rue… Il faut comprendre que cette démarche que je propose permet de modifier la réalité, donner la force virile grâce à l'imaginaire.

La méthode de la simulation est également un moyen pour atteindre les noyaux homosexuels qui sont en nous. Prenons le cas de cette femme qui acceptait d'être caressée partout, excepté sur les fesses. Il s'agissait là, en fait, de sa réaction de défense suite à un viol anal non avoué que son père lui avait fait subir quand elle était plus jeune. Le père étant en proie à un noyau homosexuel, sa fille ne pouvait satisfaire ce désir autrement que par une pénétration anale. Elle a, de la sorte, réprimé ses réactions proprement féminines pour plaire à son père. Elle s'est masculinisée. Restait alors à évacuer cette colère refoulée en adoptant le rôle et le sexe du père. J'ai demandé à cette femme de refaire, de reprendre à son propre compte, les gestes auxquels elle s'était soumise. Car l'acte fait réagir et modifie le comportement.

Le manque de relation affective peut être vécu comme une mutilation. Il faut donc s'y préparer. Cela s'est présenté avec une femme dont le mari était gravement malade du cœur. Elle ne savait pas comment se préparer à faire son deuil et exprimait sa souffrance lorsqu'elle rêvait parfois qu'elle tuait son époux. Elle pouvait imaginer ce décès et l'accepter mais était incapable de le vivre réellement. Il lui fallait donc se préparer à cette disparition. Sur mes conseils, elle a placé une photo de son mari ainsi que sa carte d'identité dans une boîte en carton qui tenait lieu de cercueil et a enterré le tout. Quelque temps plus tard, son mari est effectivement décédé.

Cette femme était prête à faire face à l'absence de son mari qui ne serait plus, désormais, à ses côtés.

Il apparaît que plus l'acte proposé par le psychomage est difficile à exécuter, plus le résultat a de chances d'être efficace.

Pour qu'une mère et son fils ne soient plus dépendants l'un de l'autre, j'ai conseillé à une femme de se rendre aux États-Unis (effort physique du déplacement, effort financier du prix du billet) et de s'enfermer pendant vingt-deux jours avec son fils dans une chambre d'hôtel. L'ouverture vers le monde extérieur devait être progressive (tirer les rideaux, recevoir des informations, lui donner à manger puis le sevrer, etc.). L'ampleur de l'effort, les dépenses d'argent et les sacrifices que demande la réalisation d'un acte sont une part fondamentale pour le mener à sa réussite. Il faut donner pour recevoir.

La foi est aussi nécessaire, on ne peut seulement guérir que celui qui veut être guéri. Si l'un de tes consultants croit être possédé par une personne ou un diable, un fantôme maléfique, une malédiction, une peur constante de perdre la raison, etc., tu peux essayer de le libérer par une cérémonie de souffles si le consultant a foi en ton pouvoir thérapeutique.

Tu vas contracter tes lèvres et éjecter des souffles pénétrants en imaginant qu'ainsi tu expulses du corps du possédé n'importe quelle entité invasive. Tu souffles sur la personne en commençant par le haut du crâne. Tu souffles énergiquement sur les cheveux pour éliminer l'angoisse qui l'affecte. Tu te places ensuite devant le possédé en soufflant toujours : dans son cou, dans ses oreilles, dans ses narines et dans sa bouche ouverte. De plus, en lui demandant de fermer les yeux, tu lui souffles en plein visage puis dans sa nuque. Tu saisis son bras sans cesser de souffler et en répétant de temps en temps les mots "dehors !" et "va-t'en !". Prends appui sur son bras pour lui faire lever la jambe gauche. Passe ensuite à la jambe droite. Souffle sur tout le corps de la sorte : depuis la poitrine pour finir par le dos. Termine en soufflant sur la plante de ses pieds nus. Alors, avec une craie

blanche, dessine un cercle sur le sol autour du corps du consultant. Ensuite, avec une éponge et de l'eau, efface tout en lui disant : "Tu es libre ! Absorbe les forces telluriques ! Que cette puissance monte jusqu'au sommet de ton crâne ! Tends ton être vers tous les coins du monde ! Unis-toi avec les étoiles !"

C'est ainsi que prend fin le rituel d'accès au monde psychomagique, le consultant libéré de ses obsessions. Ce n'est que maintenant que peut commencer la phase de guérison.

Une femme aux ongles longs et vernis de rouge a comme problème qu'elle "gagne sa vie auprès des hommes". Elle me dit de façon détournée qu'elle se fait entretenir et qu'elle souhaite, par un acte psychomagique, réussir à travailler sans avoir à exploiter ses atouts sexuels. Je lui demande de se procurer un grand coquillage. Elle devra le remplir de terre, y planter dix grains de blé, se couper les ongles et les enterrer avec les grains. Elle devra ensuite, à l'aide d'eau bénite obtenue dans une église, arroser ce qu'elle a planté jusqu'à ce que les grains germent et qu'apparaissent dix petites plantes. C'est en se coupant les dix ongles qu'elle accomplit l'acte : elle comprend ainsi que ses ongles si longs symbolisent ses mains qui ne travaillent pas.

Michel doit avoir cinquante-huit ans, peut-être moins. Il est chauve mais porte une perruque. Je lui demande de l'ôter en arrivant dans la salle et de passer le cours à crâne découvert… Il obtempère. Il se met à se plaindre : "Tout est en crise. Je ne sais pas ce qu'il va advenir de moi. Il m'arrive simultanément tout un tas de choses terribles…" Son émotion est telle qu'il semble sur le point de fondre en larmes. "Et puis, je me suis séparé de ma femme : nous ne vivrons plus sous le même toit, cette séparation est un événement complexe et douloureux, elle pourrait mourir, se suicider, et je ne sais pas ce que j'éprouverais alors… En plus, l'économie se porte mal, j'ai dû aller à la banque demander un gros prêt. Je ne sais pas comment je vais le rembourser…"

Je lui réponds : “Si tu veux bien, répète devant le groupe [il y a là trente-deux personnes] tout ce que tu viens de dire, un problème après l’autre. Au préalable, sors de la salle et reviens lorsque nous t’appellerons.” Pendant qu’il est dehors, je me mets d’accord avec le reste du groupe. Nous le rappelons. Michel commence : “Je vais me présenter ainsi, chauve, devant mes collègues et mes clients. Je ne sais pas ce qu’il va se passer. Cela m’inquiète…” Nous éclatons de rire et l’applaudissons. “Ma femme et moi nous séparons.” Nous rions, nous frappons dans nos mains, nous crions : “Bravo ! Bravo ! Bravo !” “L’économie se porte mal… Je ne sais pas comment je vais payer mon crédit…” Nous rions à gorge déployée, nous crions : “C’est très bien !” Nous applaudissons de plus belle.

Michel se met à rire. Il s’est aperçu qu’il fait de sa vie exactement ce qu’il souhaite faire et que sa tragédie est, en réalité, une fête.

Dans le cadre de l’un de mes cours de métagénéalogie, un homme arrive en crise et se met à présenter des symptômes d’angoisse, des tremblements ; ses muscles sont contractés, il étouffe. Rien ne le calme. Cette crise cesse sitôt que j’ôte, à grand-peine, l’alliance qu’il porte à l’annulaire.

Lors d’un de mes cours de tarot de Marseille, je remarque que Daniel porte des chaussettes vieilles et sales. Je lui prends le pied droit, je le caresse et, après avoir retiré l’une de mes chaussettes (qui sont propres et neuves), je la lui enfile. Il pleure. Il aura ensuite un accès de colère en se remémorant la négligence de ses parents à son égard lorsqu’il était enfant.

Plusieurs fois, mon fils Brontis m’a parlé de l’ours que je lui avais demandé d’enfouir lorsqu’il était venu vivre avec moi, à ses six ans. Cette peluche, je la lui avais offerte quand il avait trois ans et que sa mère Bernadette et moi nous étions séparés. Dans mon film *El Topo*, je dis à Brontis, qui joue mon fils à l’écran : “Aujourd’hui, tu fêtes ton septième anniversaire. Tu es désormais un homme. Enterre ton premier jouet et un portrait de ta défunte mère.” Après avoir tourné cette scène, j’ai commis

l’erreur de laisser l’ours et le portrait en terre. Lorsque Brontis a eu vingt-quatre ans, il m’a avoué ceci : “Pour calmer la grande peine que j’ai éprouvée en abandonnant ma peluche et le portrait de ma mère, j’ai imaginé que des fourmis étaient allées vivre dans l’ours, avec Bernadette, en bonne compagnie.” M’efforçant de réparer mon erreur, j’ai enterré dans le jardin de notre maison un autre ours ainsi qu’une photo de Bernadette. Je me suis vêtu d’un costume de cuir noir (à l’instar d’El Topo) et j’ai dit à Brontis (nu, comme dans le film) : “À sept ans, tu as le droit d’être un enfant. Récupère ton premier jouet et le portrait de ta mère.” J’ai joué de la flûte pendant qu’il déterrait la photographie, en couleur cette fois-ci (puisque le film avait été tourné en noir et blanc), ainsi que l’ours, une peluche délicate et douce… Il s’est mis à pleuvoir. Comme dans *El Topo*, Brontis, placé derrière moi, s’est accroché à moi et j’ai avancé en imitant la démarche d’un cheval. Brontis, la tête appuyée contre ma nuque, a pleuré comme un enfant reconnaissant.

Une conférence psychomagique

Université de Jussieu, Paris (1987)

(Un grand auditorium avec des gradins séparés au milieu par une allée centrale qui descend jusqu'en bas de la salle vers une très large table qui me faisait office de scène.)

M'adressant au public :

— Si quelqu'un me le demande, je peux peut-être lui donner sur le vif un conseil. Je ne l'ai jamais fait en public, car il faut se concentrer sur l'arbre généalogique du consultant, mais essayons. Ainsi, vous pourrez voir la psychomagie en action.

(Un étudiant se lance à poser la première question.)

— Depuis un moment, cela m'arrive de crever de faim. Parfois j'arrive à être créatif, à étudier, mais… l'estomac, euh… Il y a toujours un moment… un moment où je souffre un peu trop de ne pas manger.

— Voilà le conseil que je te donne, puisque tu as peur de manquer de nourriture : cherche une nourrice qui soit en train d'allaiter un enfant et paye-la pour qu'elle t'allaite pendant sept jours. Vis sept jours du lait de cette nurse ! Alors ton angoisse passera.

(Réactions d'incrédulité dans la salle.)

— Pourquoi cet acte ?

— Parce que la peur de manquer de nourriture, c'est la peur de manquer de lait maternel. Il lui faut vaincre cela. Je vois qu'il est très mince. Il n'a pas été nourri comme il le fallait. Il doit vaincre certaines résistances qu'il a vis-à-vis de l'archétype maternel et vis-à-vis de la femme. S'il m'écoute, il

sera obligé de s'investir dans une action, de payer. Tout cela va provoquer des choses. Il va falloir trouver la nourrice, se mettre d'accord sur un prix ; il va falloir qu'il se débrouille pour la trouver… Cette action va le sortir de l'angoisse. Il retrouvera sa confiance en la femme, et du même coup celle en sa créativité, car il acceptera alors sa féminité intérieure, son *anima*.

(Une jeune fille un peu moqueuse.)

— Mon ami m'a envoyé une lettre en me disant : "Je ne veux plus jamais te voir, à moins que tu ne viennes me voir la langue pendante jusqu'au nombril." Quoi faire ? Je l'aime encore, mais je ne veux pas m'humilier.

— Fabrique-toi une langue avec de l'étoffe rose. Une fois devant chez lui, mets-la dans ta bouche et frappe à sa porte. Quand il t'ouvrira, il te verra avec une langue pendante jusqu'au nombril. S'il rit, il te mérite. S'il te ferme la porte au nez, sois heureuse de rompre ta relation avec un homme aussi obtus spirituellement.

(Une jeune fille très timide pose sa question avec une voix très basse et en restant assise.)

— Cela fait plusieurs mois que j'essaie de vendre des affaires dont je veux me débarrasser…

— Parle plus fort ; que tout le monde t'entende !

— J'ai…

— Parle fort ! Lève-toi pour que tout le monde te voie !

— J'ai passé des annonces…

— Lève-toi ! Ne parle pas assise !

— J'ai passé des annonces et j'ai reçu beaucoup d'appels mais…

— Plus fort ! Regarde les gens !

(La jeune fille se lève.)

— Mais les gens me donnent des rendez-vous auxquels ils ne viennent pas, et donc je n'arrive pas à me défaire de mes trucs et pourtant…

— Quels sont ces trucs ?

— Des meubles que j'ai et que je ne veux plus avoir.

— Quand on te demande une chose, l'inconscient ne te donne jamais la réponse aussitôt, car l'inconscient mesure tout comme une machine… Dis-moi ton prénom !

— Virginie…

(M'adressant au public :)

— J'ai constaté que Virginie ne pouvait pas parler debout mais assise sur sa chaise, donc dans sa possession, dans son meuble, et qu'elle me parlait comme si je ne pouvais pas la comprendre. Donc là, je tire des conclusions.

(M'adressant de nouveau à Virginie :)

— Tu parles à un archétype paternel, tu t'assois sur la chaise comme une petite fille. Tu veux vendre tes vieux meubles parce que tu as manqué d'un foyer où il y eut un père. Le désir de vendre des vieux meubles, c'est le désir de sortir d'une situation enfantine dont tu es prisonnière. Pour pouvoir vendre ces meubles, il faut se décider à placer un père dans ta vie. Si tu fais la vente à travers un père, je pense que cela marchera. Le jour où tu veux vendre tes meubles, tu dois t'habiller comme ton père, le créer dans ton corps, comme tu t'imagines qu'il est. Tu te promènes autour de ces meubles comme ton père. Tu vis la présence du père, tu acceptes l'homme en toi. À quel âge as-tu perdu ton père ?

— À quatre ans.

— C'est donc un père mythique, cela est ton problème. Une fois que tu seras habillée en père, tu seras prête à vendre tes meubles parce que tu l'auras créé en toi au lieu de le créer dans les meubles, dans le désir d'avoir un foyer avec lui. Car jusque-là tu as éliminé les hommes de ta vie. Ton père est éliminé, et, si tu me permets de le dire, le père de tes enfants aussi. Il n'y a pas de père dans ta vie parce que tu répètes le modèle de ton enfance. Alors je te demande d'absorber un père, de le faire exister, à ce moment-là tu pourras vendre tes meubles et ton cœur sera en paix.

(Un jeune homme au fond de la salle, debout dans l'allée centrale.)

— *Por favor*… Je voudrais demander…

— Demande !

— J'ai beaucoup d'énergie, énormément, mais j'ai beaucoup de mal à m'en servir comme il faudrait.

— Quelle est ta question ?

— Qu'est-ce que je peux faire pour canaliser cette énergie ?

— Mets-toi au milieu de l'allée et avance lentement vers moi en te concentrant sur ton cœur !

(Le jeune homme commence à avancer.)

— Concentre-toi bien ! Avance ! Avance ! Viens coller ton cœur contre le mien ! Monte sur cette table ! Bien ! Comment t'appelles-tu ?

— Bernard.

— Bernard, serre-toi étroitement contre moi ! Colle ton cœur au mien. Absorbe ma force ! Absorbe ! Colle aussi ta tête contre ma tête ! Absorbe ! *(Cet échange dure plusieurs minutes.)* Bien Bernard, continue en t'accolant à moi. J'avancerai, tu reculeras…

(Je tiens fermement Bernard par la ceinture, je le lève et sans le lâcher et tout en le faisant reculer alors qu'il est encore collé à moi, je le descends de la table, en lui disant :)

— Là, je représente la force de ton père. Je mène la marche. Aie la foi ! Laisse-toi guider ! Ne te méfie pas de moi… Recule !

(Je pousse en avant Bernard, en le faisant reculer jusqu'au fond de la salle. Une fois arrivés et sans se séparer, je lui dis :)

— Maintenant, aie confiance en toi, avance et fais-moi reculer… J'accepte que mon fils me guide… Fais-moi descendre… Fais que j'adapte mon rythme au tien… Bravo, tu le fais très bien. Maintenant monte-moi sur la table.

(Une fois sur la table, je me sépare de lui.)

— Voilà ! Là, tu as appris à conduire quelqu'un. Le fils peut prendre la place du père. Quelle était ta question ?

— Qu'est-ce que je peux faire pour canaliser mon énergie ?

— Ce qu'on vient de faire a été ma réponse active : j'ai perçu dans ton attitude corporelle, dans l'expression de ton regard, dans le ton de ta voix que tu manquais d'une relation profonde avec ton père. Tu ne savais pas te servir de ton énergie virile parce que tu n'as pas eu de modèle masculin. En quelques minutes, en utilisant des positions corporelles symboliques, et en jouant le personnage du père, j'ai pu te faire sentir que tu étais vu, compris ; je t'ai transmis la force sexuelle, émotionnelle et intellectuelle. Je t'ai cédé ma place. Je t'ai permis d'entrer dans mon être pour que tu te sentes voulu, accepté, et je t'ai donné l'opportunité de transmettre ce que tu avais reçu. C'est-à-dire la possibilité d'être à ton tour père, créateur… Cela te va ?

— Merci, merci, merci.

(Les élèves applaudissent.)

— Quelqu'un d'autre veut poser une question ?

(Beaucoup de mains se lèvent et plusieurs élèves posent leurs questions auxquelles, par manque de temps, je dois répondre très vite.)

— Comment puis-je faire le deuil d'une relation amoureuse ?

— Une femme a besoin d'être écoutée. Tu fais cinq cents kilomètres en voiture en parlant de ta relation amoureuse à une amie qui t'écoute avec l'obligation de ne pas dire un mot.

— Mon frère a fait une tentative de suicide, il ne veut parler à personne, comment l'aider ?

— Votre mère est-elle vivante ?

— Non. Elle est décédée quand nous étions petits.

— Ton frère est à la recherche d'un archétype maternel. Comme il a besoin qu'une femme l'écoute, tu peux lui venir en aide en l'écoutant sans donner d'opinions. Écris sur un papier parchemin "Mes opinions" et mets-y une goutte de ton sang. Tu mets cet écrin dans ta poche gauche et tu dois le

tenir tout le temps nécessaire que ton frère exprime ce qu'il ressent sans que tu interviennes d'une façon ou d'une autre. Tu t'obliges à garder le silence.

— Je connais un homme qui me touche à tous les niveaux, sauf sur le plan sexuel, car je n'ai pas d'orgasme avec lui. Qu'est-ce que je dois faire ?

— Tu dois voler à ton père des chaussettes, un slip, un pyjama, une chemisette. Tu demandes à ton ami de s'habiller avec tous ces vêtements. Tu dois boire un litre d'eau, t'asseoir sur ses genoux et uriner sur lui. Ensuite ton ami doit faire l'amour avec toi. Ainsi tu vas châtier ton père en lui urinant dessus et laisser couler l'orgasme.

— Je suis boulimique de chocolat. Comment arrêter ?

— La prochaine fois que tu défèques, étale tes excréments sur des tartines de pain et enterre-les dans un pot en plantant sur elles une plante odorante. Tu placeras le pot sur ta table à manger.

— Chaque fois que je veux une chose, je ne sais pas si je vais pouvoir l'avoir. Comment résoudre cette angoisse ?

— As-tu une sœur ?

— Oui, une sœur jumelle. Ma mère ne nous a jamais différenciées. Même jusqu'à aujourd'hui, elle nous appelle toujours "les filles". Quand nous étions enfants, elle nous habillait en rouge toutes les deux.

— Si tu es toi-même, tu veux, mais si tu es ta sœur jumelle, tu ne veux pas. Elle aimerait avoir ta vie donc tu es coupable d'avoir ta vie. Tu veux que ta mère vous différencie ?

— J'essaie depuis des années de le lui demander.

— Tu te fais un costume à moitié rouge et l'autre moitié comme la femme que tu désires être. Comment te visualises-tu si tu allais à une fête ?

— Avec une robe longue et bleue.

— Tu dois te fabriquer un costume à moitié rouge comme celui que tu portais quand tu étais enfant, et l'autre moitié, celui de cette nouvelle femme, en robe longue et bleue. Tu vas visiter ta mère et tu lui dis : "Une moitié est ma sœur et l'autre, c'est moi." Tu auras prévu un autre vêtement

dans un sac. Tu te déshabilles devant elle et tu lui donnes la partie du costume rouge tout en lui disant : “Si tu veux, tu peux le donner à ma sœur. Elle s’appelle Rouge et je m’appelle Bleue.”

— Pourquoi la vie est si dure pour moi ?

— La première chose qu’on voit de toi, c’est ton kyste sur le front. Tu dois te fabriquer un bandeau de couleurs très vives. Tu dois porter ce bandeau en public sur ton front. Ainsi, tu auras la certitude d’être regardé, car ton désir inconscient est d’attirer le regard des autres, alors existe !!

— J’étudie la psychologie, et je voudrais avoir les outils de communication avec mes futurs patients.

— Va dans un magasin de farces et attrapes et achète les deux plus grandes oreilles que tu puisses trouver dans ce lieu. Promène-toi toute une journée dans la ville avec ces oreilles. Le meilleur outil de communication est la concentration dans l’écoute.

— Pourquoi ai-je besoin de mettre les autres en colère et comment arrêter cela ?

— C’est un langage sexuel par rapport à une sexualité qu’on ne peut pas réaliser. Ta colère, c’est la compensation à un désir insatisfait. Fais-toi des cartes de visite où tu auras écrit : “Pour bien me communiquer, j’ai besoin de mettre en colère les gens que j’aime. Merci.” Tu signes ces cartes et tu les donnes aux personnes que tu mets en colère.

— Je suis un homme constamment dans le doute. Comment m’en libérer ?

— Qui t’a transmis qu’être femme, c’est triompher, et qu’être homme, c’est rater ?

— Mon père, parce que j’ai une sœur et elle est la préférée de mon père.

— Voici un acte pour récupérer la confiance en toi-même. Prends une photo de ton père et fais-la plastifier pour l’imperméabiliser. Chaque fois que tu vas aux WC, urine sur la photo de ton père. Tu dois faire cet acte quarante jours de suite et chaque fois tu dois dire en urinant : “Fous-moi la

paix !” Au bout de quarante jours, tu vas te sentir puissant et tu vas pouvoir te révolter.

— Je voudrais pouvoir reconnaître ma féminité créative.

— Quel art aimes-tu ?

— Faire des mandalas.

— Fais un mandala avec ton sang menstruel.

— Je n’ai pas de problème de vue. Mais chaque fois que je me regarde dans le miroir, mes yeux semblent se remplir d’une sorte d’épaisse brume. Pourquoi et comment améliorer cela ?

— Ne pas voir sa propre image à l’extérieur, c’est ne pas vouloir se voir de l’intérieur ! Tu dois prendre une photo de ta mère et la coller sur le miroir de ta chambre. Tu dois régler ton réveil à 3 heures du matin et t’endormir. Dès qu’il sonne, tu te lèves immédiatement et insultes grossièrement la photo de ta mère. Ensuite, tu te rendors et dès que tu te réveilles, tu appelles ta mère et lui parles par téléphone.

— Je ne comprends pas cet acte.

— Je vais te l’expliquer : tu aurais voulu être un homme. Ne pas te voir, c’est ne pas réaliser ton impuissance, ta castration et ton problème sexuel. Insulter ta mère, c’est insulter la femme qui est en toi. Téléphoner ensuite à ta mère, c’est te reconnaître en tant que femme, c’est-à-dire récupérer la communication avec toi-même.

— Merci.

— Mon père est un homme célèbre, comment être reconnu par lui ?

— Mets ton père en face de toi et demande-lui de t’écouter pendant une heure sans rien dire. D’autre part, tu auras fait trois cents photocopies d’une photo de toi et en même temps que tu lui parles, tu mettras des photos de toi partout sur lui ; dans ses poches, sur ses chaussures, sur sa tête… Enfin, il va t’écouter et il va te voir !

— Qu’est-ce que je dois faire pour être plus structurée et pouvoir assumer une discussion d’argent avec l’institut hospitalier qui m’angoisse ?

— Le manque de structure symbolise le manque de père. Tu dois prendre ton ami et lui demander de t'éjaculer dans le dos. Il étale son sperme sur toute ta colonne vertébrale, de la nuque au bas du dos, et tu le laisses sécher. Tu t'habilles avec un vêtement de flanelle et tu vas engager ta discussion dans cet institut. Ainsi tu auras la structure du père pour pouvoir discuter affaires.

— J'ai des désirs homosexuels, dois-je me laisser aller ou dois-je me suicider ?

— Si ta mère n'a pas désiré être enceinte, si elle voulait t'avorter, tu auras une tendance à l'autodestruction, répondant à son désir que tu disparaisses. C'est la névrose maternelle que tu subis. Tu as une nature féminine que tu dois laisser vivre. On voulait à ta naissance que tu sois une fille ?

— Oui, ma sœur est morte avant moi. Je devais la remplacer.

— Achète chez un boucher le cadavre d'un agneau. Une amie doit te le frotter sur tout le corps. Ensuite, tu dois le tenir très fermement dans tes bras et ton amie doit violemment essayer de te l'arracher des bras. Tu te défends de toutes tes forces. Quand elle parvient à te l'enlever, tu enveloppes cet agneau dans un sac noir et tu l'enterres. Tu termines ton acte en plantant une plante florissante. Ainsi, tu vas enterrer métaphoriquement ta sœur morte et tu te sentiras libre.

— Mon père a été très dur avec moi. Il n'arrêtait pas de me critiquer. Je suis obsédée par lui et je continue à lui obéir alors qu'il est mort. Comment m'en libérer ?

— Que te disait-il ?

— Il me traitait de "bonne à rien, laide, bête, femme incapable comme toutes les autres femmes…".

— Tu prends deux parchemins. Sur le premier, tu inscris toutes les programmations négatives que ton père t'a lancées, et sur le second parchemin, exactement le contraire : bonne à tout… belle… intelligente…

capable de tout… Tu vas sur son tombeau et tu y brûles le parchemin négatif. Tu récupères les cendres avec lesquelles tu frottes le parchemin positif en disant : “Je te rends tout ça !” Tu brûles le tout et tu dissous les cendres dans une bouteille de vin que tu déverses sur la tombe.

— Moi et mon ami venons d’emménager dans la maison de sa défunte grand-mère… et je sens que l’énergie n’est pas bonne. Nous ne nous sentons pas chez nous.

— Placez de l’encens dans toutes les chambres de votre maison et faites-le brûler en même temps. Ainsi la maison sera purifiée. Ensuite, dans la chambre à coucher, à l’aide d’une boussole, déterminez les points cardinaux. Après, vous vous piquez chacun un doigt et vous mettez sur les murs une goutte de votre sang au nord, une au sud, une à l’ouest et une à l’est. La nuit, vous urinez dans un pot vide. Ensuite, vous vous promenez dans la maison, puis en plongeant chacun une main dans votre urine, vous marquez tous les coins de la maison. Ainsi, elle sera à vous.

(Un employé de l’université apporte un volumineux paquet enveloppé dans du papier doré. Je m’adresse aux étudiants tout en ouvrant le paquet.)

— Je ne peux en une heure donner deux cents actes de psychomagie. Je terminerai ce cours par un acte collectif… Ces cahiers contiennent un ensemble de questions pour développer la conscience, auxquelles chacun de vous doit répondre par écrit avec le plus de sincérité, de profondeur et de courage possibles. Quand vous aurez terminé, dormez une semaine avec le cahier sous votre oreiller. À la fin de cette période, relisez ce que vous avez écrit. Si vous vous rendez compte que quelque chose a changé dans votre façon de voir la vie, achetez une belle plante et, accompagné du cahier, plantez-la de préférence dans un jardin ou bien dans un pot.

(Je distribue les cahiers. Les élèves se précipitant à les lire ne se rendent pas compte que je m’en vais.)

Quel est mon but dans la vie ? Qu'est-ce que je souhaite véritablement être ? Qu'est-ce que je m'interdis ? De quoi ou de qui veux-je me libérer ? Qui est-ce que je trompe ? Qu'est-ce que j'accumule ? Qu'est-ce que je dissimule ? Qu'est-ce que je conserve de pur et d'intact en moi ? Quelles sont les expériences que je souhaite vivre ? Oserai-je ? Qui est-ce que je critique sans cesse ? Qui est-ce qui m'aime, qui est-ce que j'aime ? Quelle relation ai-je avec ma mère ? Quelle relation ai-je avec mon père ? Ce que l'on m'a appris ou fait croire dans mon enfance, est-ce juste ? Y a-t-il quelque chose qui m'intéresse davantage que l'argent ? S'il existait un Dieu, comment serait-il ? Suis-je utile à autrui ? Est-ce que ma vie me satisfait ? Est-ce que je prends soin de ma santé, ou suis-je en train de me détruire ? Puis-je apprendre quelque chose à quelqu'un ? Puis-je guérir ou consoler quelqu'un ? Est-ce que je me plais chez moi ? Ai-je un véritable partenaire ? Est-ce que je connais le bonheur ? Y a-t-il quelque chose qui ne me satisfait pas ? Est-ce que je parviens à accomplir ce que je m'étais proposé de faire ? Quelle est la sagesse ou la doctrine qui me guide ? Est-ce que je crois véritablement en ce que je dis que je crois ? Qu'est-ce que j'admire chez moi, qu'est-ce que je méprise ? Qui sont mes alliés ? Que devrais-je exclure sur-le-champ de ma vie ? Que devrais-je équilibrer, harmoniser ? Est-ce que je me donne ce que je mérite ? Qui dois-je punir ? De quoi est-ce que je me sens coupable ? Qu'est-ce que je connais le mieux ? Bien que cela m'en coûte, que dois-je sacrifier ? Ai-je provoqué ma solitude ? Qui peut m'aider ? Qu'est-ce que je ne cesse de faire et de refaire ? Est-ce que je me laisse abattre par l'échec, ou est-ce que je le perçois comme un changement de voie ? Qu'est-ce qui m'arrime au passé ? Quelles sont les occasions à saisir qui se présentent à moi ? Est-ce que je me sens ignorant ou bête ? Est-ce que mes idées visent à changer le monde ? Suis-je, selon moi, égoïste ? Est-ce que je m'estime lâche ? Qu'est-ce que je dois dompter en moi ? Envers qui est-ce que j'éprouve de la rancœur ? De qui suis-je la victime ? Que dois-je cesser de supporter ? À

quoi faut-il que je cesse de m'accrocher ? Quelle est la raison de ma colère profonde ? Si je pouvais jouir d'une totale impunité, qui tuerais-je ? Qui peut me protéger ? Qui est-ce que je protège ? Quelle est ma plus grande blessure ? Est-ce que quelque chose m'a fait perdre la foi ? Quel est le désir sexuel que je réprime ? Quelle est la tentation qui m'obsède ? Que dois-je utiliser pour obtenir ce que je veux ? À qui ai-je cédé en échange de quelque chose ? De quels préjugés dois-je me libérer ? À quel enfermement ai-je été capable d'échapper ? Quelles sont les énergies qui se libèrent en moi ? Qu'est-ce qui me désoriente ? Y a-t-il des personnes que je considère supérieures à moi-même ? Suis-je capable d'admirer les valeurs des autres ? Suis-je une personne possessive, envahissante ? Ai-je peur de la folie ? Quels sont les vices qui me dominent ? Est-ce que je partage ce que je sais, ce que je possède ? Quel est mon idéal impossible ? Est-ce que je peux accepter le succès sans me détruire ? Suis-je en train de construire quelque chose de neuf et d'important ? Ai-je confiance en autrui ? Ai-je le sentiment d'être en prison dans un monde obsolète ? Avec qui est-ce que je collabore pour tenter de nous élever vers une conscience supérieure ? Est-ce que je m'entoure de personnes qui me donnent de la joie ou de personnes qui me mènent à ma perte ? Suis-je capable de laisser le passé derrière moi et de commencer une nouvelle vie ? Est-ce que j'accepte le bonheur simple d'être en vie ? Est-ce que j'accepte d'être l'humble canal des désirs du cosmos ?

PARTIE 2

CORRESPONDANCE PSYCHOMAGIQUE

Avertissement à la présente édition

Durant de nombreuses décennies et d'intenses recherches dans différentes parties du monde, du Mexique jusqu'au café *Le Téméraire* à Paris, j'ai rencontré des milliers de personnes de tous horizons, venues me consulter en état de détresse, à la suite de traumatismes, de questions existentielles ou de situations douloureuses. Je leur lisais le tarot afin d'identifier leur problème et leur proposais un acte psychomagique venu du plus profond de mon inconscient et totalement gratuit. En état de transe et de réceptivité à l'autre, l'unique chose que je leur demandais était de m'écrire une lettre témoignant de la manière dont j'avais identifié le problème, l'acte que je leur avais conseillé, la façon dont ils l'avaient réalisé et ce que cela avait produit en eux. Ainsi, je pouvais développer mes recherches en constatant les résultats obtenus.

Au fil des ans, j'ai reçu une multitude de lettres de consultants venus du monde entier et dont voici une sélection.

L'objet de cette deuxième partie du livre est de donner la parole à quelques-uns de celles et ceux qui ont expérimenté la psychomagie, montrant leur diversité ainsi que leur richesse humaine et psychologique, et démontrant que la psychomagie est accessible à tout le monde et peut être pratiquée par toute personne, quels que soient son milieu culturel et social, ses croyances religieuses, son âge et son éducation.

Lectures gratuites de tarot au café *Le Téméraire*

La lecture du tarot n'est pas une interprétation réductrice figeant la personne dans une pseudo-voyance, la coupant de toute responsabilité d'action. La lecture du tarot assemble chaque tirage comme un puzzle individuel de la structure psychologique du consultant. Dans l'articulation de ces cartes réside tout un langage secret de mots qui s'ouvrent, se ferment, se cachent, et révèle le "non-dit" qui va être le premier pas d'une lecture qui finira avec la proposition d'un acte psychomagique jaillissant directement de la profondeur de l'inconscient du consultant.

Je suis assis dans le café. En face de moi, un petit tapis, rectangle de tissu violet, où les vingt-deux arcanes majeurs sont posés en un seul paquet. Il est 18 heures précises. La première personne s'assoit en face de moi : jeune, vieille, homme ou femme, le sourire aux lèvres ou les larmes aux yeux. Je capte, enregistre et évalue : le visage, les mains, le corps, la peau, le teint, les bijoux, les vêtements, la façon de respirer, l'état mental, émotionnel et sexuel du consultant. Bien accouché ou non ? Absence de père ? Mère dominante ? Enfant mal-aimé ? Vide émotionnel ? Narcissisme ou mégalomanie exubérante ? Solitude ? Etc. Je lui demande : "Quelle est ta question ?"

La personne est là, amenant avec elle sa famille, son passé, ses amours, ses craintes, ses espoirs : "Est-ce que je dois vendre mon commerce ?", "Pourquoi je n'arrive pas à gagner ma vie ?", "Pourquoi ma vie amoureuse est si décevante ?", "Je voudrais un enfant, mais mon compagnon n'en veut pas. Quoi faire ?", "Je n'ai jamais aimé, je suis vierge et rien ne me tente de vivre", "Je suis veuf, mais le souvenir de ma femme est toujours présent. Que faire de ma vie à soixante ans ?", "Je veux être artiste peintre, mais je

suis à bout de ressources", etc. La vie défile. Avec chaque personne, un roman, une histoire s'expose et se raconte. Chacun apporte avec soi son arbre généalogique qui s'incarne dans les cartes tirées : famille omniprésente, fantômes qui nous possèdent et qui devraient, avec le travail et la guérison de l'arbre, nous aider à vivre. J'additionne les numéros des cartes, analyse, déduis. Ma réponse met en évidence la faille, ce noyau émotionnel qui est à la source du problème. Je propose comme guérison un acte psychomagique. Une fois cet acte réalisé, pour que son effet perdure, le consultant doit m'envoyer une lettre divisée en quatre parties :

1) Ceci était mon problème.
2) Ceci fut l'acte psychomagique que je devais réaliser à la lettre, sans rien y ajouter ni enlever.
3) Voici comment j'ai réalisé l'acte, avec tous les incidents imprévus qui se sont produits.
4) Voici les changements produits par l'acte.

Je propose ci-après à mes lecteurs bon nombre d'exemples de ces actes psychomagiques, réalisés par différents patients, et les changements que ces actes ont induits en eux. Ce sont des cas réels, des lettres que m'ont envoyées des hommes et des femmes, de tous âges et de différentes classes sociales : ce courrier psychomagique pourra vous aider, mieux que tout exposé théorique, à comprendre comment ma méthode guérit.

NOTE DE L'ÉDITEUR

L'orthographe des lettres a été corrigée en vue de leur publication, mais ce n'est pas le cas du style ni de la sémantique, qui ont été préservés pour que

les lettres restent fidèles à ce qu'avaient écrit les auteurs et autrices, dont on conserve l'anonymat.

Lettre 1

Cher Alejandro, voilà mon récit :

La première fois que tu m'as donné un acte, c'était à l'été 2009 à Formentera. Je ne me souviens plus si j'avais posé une question ou si c'était un tirage sans question, mais je me souviens très bien de l'acte : je devais me présenter à mes parents entièrement vêtue en garçon, passer la journée avec eux, puis aller me coucher et le lendemain me rhabiller avec mes vêtements, creuser un trou, brûler les vêtements d'homme dedans, y planter un arbre et refermer le trou.

J'étais impressionnée et convaincue : tu me disais que j'étais la fille aînée d'un couple qui aurait préféré avoir un garçon. Un couple qui était lui-même légèrement inversé : une femme très masculine, un homme très féminin.

Sans être un garçon manqué, je sentais bien au fond de moi la vérité de cette affirmation en réalisant que ma féminité n'avait jamais été valorisée et qu'au contraire on avait toujours encouragé mon côté masculin, ce qui, entre autres choses, menait à mon autodévalorisation permanente. Je me mettais en concurrence avec les hommes tandis que j'adoptais une position hautaine et condescendante envers beaucoup de femmes.

Sauf qu'en 2009 j'avais vingt et un ans, que je vivais encore chez mes parents et que je me disais qu'en effet la situation était perfectible mais pas non plus catastrophique…

Et donc je n'ai pas fait l'acte à ce moment-là. Mais un problème que l'on se contente d'ignorer ne se résout pas miraculeusement seul.

À l'automne 2014, j'avais atteint une telle fréquence de cystites-infections urinaires que je craquai. J'en avais toujours eu depuis mes quatorze ans et le début de ma vie sexuelle et j'avais l'habitude de faire

attention, de les soigner, je connaissais toutes les astuces – s'hydrater, uriner souvent, boire du jus de canneberge, les comprimés de bruyères, etc. –, mais rien ne suffisait jamais et c'était de pire en pire. J'en attrapais pour un oui ou un non, un coup de chaud ou de froid, mes règles, une journée dehors, trois heures sans boire… J'en avais deux fois par mois et je passais mon temps sous antibiotiques à me demander si je n'étais pas plutôt en train de m'empoisonner que de me soigner.

C'était si fréquent que j'avais compris que ce n'était pas normal et je t'avais demandé de l'aide. Que tu m'avais offerte sous la forme d'un acte psychomagique : me présenter habillée en homme à mes parents puis brûler la tenue et planter un arbre au-dessus des cendres.

Là j'étais à la fois gênée et sidérée ; c'était exactement le même acte que celui donné cinq ans plus tôt – sans que tu t'en souviennes. Acte que je n'avais donc pas fait mais dont la nécessité se faisait plus que jamais sentir. Ce problème irrésolu avait pris la forme de cette maladie liée à ma sexualité avec des garçons et qui était donc problématique puisque ma féminité n'était pas acceptée par mes parents.

Je compris l'importance de réaliser l'acte cette fois et je me sentis prête à le faire, d'autant que ma situation avait vraiment changé depuis la dernière fois : je ne vivais plus avec mes parents, il m'était donc plus facile de prendre du recul.

Pour être sûr que j'aie la bonne tenue, tu me donnas même un de tes beaux costumes noirs. On vit ensemble certains détails car je voulais être sûre de tout bien faire, j'étais à la fois excitée et anxieuse à l'idée de me lancer enfin.

Je me préparai psychologiquement et physiquement. Je décidai de la date : je devais passer Noël en famille chez mes parents. J'irais deux jours en avance pour faire l'acte. J'achetai un joli arbre, un petit saule avec des chatons duveteux pour planter au-dessus des cendres. Je prévins mon petit frère qui serait également présent au même moment pour qu'il ne fasse pas

de réflexion inutile, sans trop m'inquiéter à son sujet car il avait lui-même déjà fait un acte et comprenait ma démarche.

Le jour venu, j'étais seule chez moi et je me préparai. J'enfilai une chemise blanche (prise à mon copain de l'époque) et le costume noir que tu m'avais donné. Il était large et me faisait une carrure bien masculine. Je ramassai mes cheveux très longs en un chignon aussi étroit et bas que possible pour qu'il disparaisse dans le col de ma chemise et que mes cheveux aient l'air d'être courts et plaqués en arrière. J'accentuai mes sourcils en épaisseur et en longueur et me dessinai une petite moustache avec un crayon noir. Le résultat, même sans trop forcer, était efficace : dans la glace j'eus l'impression de voir mon frère.

Normalement, pour aller chez mes parents, j'avais l'habitude de prendre le RER, mais cette fois j'étais chargée avec l'arbre, les cadeaux de Noël et surtout je n'avais pas du tout envie de croiser des gens que je connaissais ou même d'être scrutée par des inconnus.

Donc pour me tranquilliser, je commandai un taxi. D'ailleurs le chauffeur me fit une remarque sur ma tenue et j'éludai la question. Il y avait autre chose qui m'angoissait à ce moment-là : je n'avais pas beaucoup d'argent et la course était longue et particulièrement embouteillée. C'est alors qu'il se produisit un miracle : j'avais une boutique en ligne depuis peu de temps et sur laquelle je vendais – et vends toujours – mes bijoux. Elle ne marchait pas encore très bien à l'époque car elle n'était pas très connue. Et ce jour-là, le 23 décembre 2014 à 15 heures, je reçus une commande pour une broche poisson à 75 euros. Ce qui s'avérera être, à 2 euros près, le prix de la course en taxi.

Je reçus ce signe comme un encouragement supplémentaire : si tu es sur la bonne voie, le Ciel t'aidera.

Arrivée chez mes parents, ce fut mon père qui ouvrit et je vis à sa tête qu'il se posait des questions sur le pourquoi de ma tenue. Il fit même quelques réflexions mi-ironiques, mi-interrogatives au cours de la journée

sur l'étrangeté de la mode que je suivais et auxquelles je ne répondis pas. Ma mère par contre n'eut absolument aucune réaction. Pas une seule. Ni discret haussement de sourcil, ni commentaire, ni bouche bée.

Mon but n'était clairement pas d'être interrogée ni même de susciter de réaction chez eux, mais je trouvais tout de même ça fou : je portais un costume d'homme beaucoup trop large pour moi, j'avais les cheveux plaqués en arrière, de gros sourcils et une moustache, et elle agissait comme si de rien n'était.

Peu importait. Je croisai mon frère qui m'adressa un regard où je compris qu'il était avec moi en restant parfaitement neutre.

Le reste de l'après-midi se passa normalement. Nous dînâmes, la soirée se passa. Au moment d'aller me coucher, j'enlevai le costume, me démaquillai et allai me mettre au lit, mon lit d'adolescente, dans ce qui fut ma chambre pendant vingt ans et que ma mère transforma en bureau à l'instant où je quittai la maison alors que la chambre de mon frère est quasiment intacte aujourd'hui encore, près de dix ans après son départ…

Le lendemain matin, je pris une douche, m'habillai avec mes vêtements et descendis dans le jardin de mes parents avec le costume d'homme et le saule. Je creusai un trou et y déposai le costume auquel je mis le feu puis le regardai longuement se consumer. À un moment mon père vint à côté de moi, l'air perplexe. Il se demandait quel besoin j'avais de brûler un vêtement qui avait l'air en parfait état : si je n'en voulais plus, il était toujours possible de le donner. Je lui dis que c'était ainsi. Et puis ce fut tout. Il resta un peu avec moi, perplexe, puis repartit.

La combustion du costume fut plutôt longue mais je restai jusqu'au bout, soucieuse de bien faire dans les moindres détails et de vivre pleinement chaque étape. Puis je plantai le saule, lui souhaitai une belle vie et rentrai. De nouveau, ma mère n'avait rien vu, rien remarqué. Mais encore une fois, peu importait : moi j'avais fait ce que j'étais venue faire.

Ensuite Noël s'était passé plutôt normalement et nous n'avons jamais reparlé de cet événement. C'était le 23 décembre 2014 et à compter de ce jour, les cystites se sont arrêtées. Net. Finies les infections tous les quinze jours et les antibiotiques. Au début, je comptais les jours avec un mélange de crainte et d'excitation. Chaque mois qui passait était une victoire et je réalisai avec bonheur que j'étais guérie, que tu m'avais guérie !

En six ans, j'en ai eu deux autres et les deux fois c'était une suite directe à une violente intrusion de ma mère dans mon intimité : je suis dehors, je l'ai au téléphone, elle me dit une chose qui me fait me sentir très mal, le temps de rentrer chez moi, je suis malade. Le fait d'en prendre conscience, en plus de l'acte qui m'a guérie, m'a permis de prendre en plus les distances nécessaires pour me protéger.

Ce fut l'acte de psychomagie le plus important pour moi. Au-delà des effets bénéfiques immédiats et évidents qu'il a eus sur ma santé en mettant un terme aux cystites bimensuelles – qui auraient probablement fini par dégénérer en bien pire –, il m'a permis de prendre physiquement, intellectuellement et émotionnellement conscience d'une chose essentielle : la magie est une chose réelle. J'avais toujours cru à la magie mais sous une forme fantastique lointaine et abstraite, comme un écho de l'enfance. Là soudainement c'était une magie accessible et bienveillante manipulée par l'esprit. Je me mis à avoir moins peur de l'avenir, de ce que j'étais et ma confiance en l'univers grandit.

Je suis plus que jamais confiante en l'avenir.

Tu m'as donné les clés pour devenir le meilleur de moi-même. Tu as ma gratitude éternelle pour cela.

Inès

Lettre 2

Alejandro,

Je suis venue te voir au *Téméraire* pour t'expliquer que je souffrais d'un blocage d'ordre à la fois créatif et sexuel qui m'empêchait de dessiner, alors que je suis une artiste. Malgré tous mes efforts, après être sortie des Beaux-Arts et avoir vécu des expériences difficiles (cinq années durant), j'étais incapable de faire ce que je croyais pourtant vouloir faire. Tu m'as tiré les cartes et recommandé trois actes psychomagiques :

1. Dessiner un autoportrait à l'aide de sang menstruel et le porter sur moi pendant une semaine, chaque fois que je sortais de chez moi.

2. Peindre un paysage non pas avec des pinceaux mais avec un faux phallus (le plus gros que je puisse trouver en magasin). Donner le résultat à un directeur de musée, accompagné d'un écriteau où serait inscrit : "Ceci est un tableau phallique."

3. Me vêtir d'étoiles, inviter mes amis et leur raconter une fable intitulée "Histoires d'un phallus peintre", avec le phallus posé devant moi, devant lequel je devais m'incliner.

Acte 1. Cette étape a été plutôt facile, le sang a une bonne consistance pour servir de peinture. Au début, j'ai eu un peu honte de le porter, j'avais l'impression que tout le monde me regardait, mais je l'ai fait.

Acte 2. Celui-là a été un peu plus compliqué. Je ne me pensais pas du tout capable d'apporter le tableau au musée, ni même de pouvoir en rencontrer le directeur, et de toute façon, je n'arrivais pas à me lancer !

Il m'a fallu un moment avant de me décider, car juste d'y penser, j'angoissais.

J'ai commencé par acheter le phallus, le plus grand que me permettaient mes moyens limités. J'ai eu du mal à peindre avec un objet aussi gros, mais

j’ai pu terminer mon tableau. Vu que je viens de León, en Espagne, tu m’avais dit de l’emmener au Musac, mais j’avais oublié de te dire que je vivais à Barcelone. Il fallait que je fasse mon acte là. Étant donné qu’en théorie, il faut te prendre au mot, j’espère n’avoir pas mal fait en changeant le lieu…

Je me suis donc retrouvée à choisir un directeur de musée à Barcelone. J’ai regardé dans Google Images et j’ai choisi celui qui me semblait le plus sympathique : M. Ramoneda Molins, directeur du Macba.

Je n’osais pas… Je n’y arrivais pas… L’idée même d’aller au musée, mon tableau sur le dos, m’angoissait… C’est alors qu’on est venu à mon secours. J’ai raconté la situation à mon amie et colocataire, et elle a appelé le musée pour demander à rencontrer le directeur. Elle a expliqué qu’elle étudiait aux Beaux-Arts et qu’elle souhaitait lui poser quelques questions dans le cadre d’un projet universitaire. La demande est passée comme une lettre à la poste… On lui a donné rendez-vous la semaine suivante… un mardi, à 17 heures. J’avais le trac !

C’est ainsi que le mardi en question, j’ai pris le tableau et j’y suis allée, accompagnée de deux amies. Je voulais en être débarrassée au plus vite… À notre arrivée, la réceptionniste nous a dit qu’il fallait attendre une heure car le directeur était en réunion, et nous avons donc patienté à la cafétéria du musée. Il s’est mis à grêler… Les grêlons étaient aussi gros que des pierres, ils ont cassé un verre… Ç’a été une bonne chose car ma nervosité s’est un peu estompée. Notre heure a fini par arriver… Nous sommes montées à l’étage avec le tableau, jusqu’au bureau du directeur. Il avait une expression aimable et sereine, il nous a très bien reçues et nous a invitées à nous asseoir. C’est alors que je lui ai donné mon œuvre en lui disant que c’était un tableau phallique. Il voulait en savoir plus, mais je me suis contentée de lui dire que c’était un acte symbolique et qu’il pouvait en faire ce qu’il voulait. Étonnamment, il n’avait pas l’air surpris, peut-être s’ennuyait-il ce jour-là, que sais-je… Il a alors demandé : “Bon, vous ne

veniez pas pour m'interviewer ?" Au cas où, j'avais préparé quelques questions, alors je les lui ai posées. L'entretien a duré un moment, je prenais des notes, et mes amies et moi avons écouté ses réponses avec beaucoup d'intérêt… Tout cela a été très étrange, c'était un homme très normal et accessible ; nous avons fini par le remercier, nous lui avons laissé le tableau, et nous sommes parties !

Je me sentais très libre et heureuse en sortant du musée…

Acte 3. Celui-ci a été assez facile. J'ai appelé plusieurs amis et nous nous sommes retrouvés chez moi, dans l'après-midi, pour boire un verre. Je leur ai dit que je devais leur raconter l'histoire du phallus peintre. J'ai découpé des étoiles dans de l'aluminium et je les ai collées sur mes vêtements. J'ai posé le phallus sur une table, et après m'être inclinée devant lui plusieurs fois, j'ai plus ou moins improvisé une histoire sur la vie et les errances du phallus, qui vécut moult aventures, rencontra d'autres phallus et vécut très heureux.

Ensuite, je suis partie vivre à Berlin.

Je crois que tu m'as aidée parce qu'avant, chaque fois que je m'installais devant une feuille, je ne faisais presque rien, c'était un sacrifice, une obligation, et ce cinq années durant. Au niveau du blocage sexuel, que je ne t'ai pas expliqué en détail (la prochaine fois, peut-être), ça va mieux aussi, je crois, mais je n'ai pas très souvent l'occasion de vérifier. À présent, je dessine tous les jours.

Merci,

Ruth

Lettre 3

Je suis venu te voir au café de Paris le 1er février 2006, convaincu que tu pourrais venir à mon secours. Lorsque tu m'as demandé la raison de ma venue, j'ai répondu que mon plus grand souhait était de me soumettre à l'Essence, mais que quelque chose m'angoissait.

Grâce à ton intuition et à l'interprétation du tarot, tu m'as fait comprendre que la cause de cette angoisse me venait de mon père : quand j'étais enfant, il a projeté sur moi ses désirs en m'obligeant à étudier le piano contre mon gré, alors que je voulais faire de la batterie, comme lui. Pendant notre conversation, j'ai eu l'impression de retourner en enfance, et j'ai fini par comprendre, les larmes aux yeux, l'origine de ma douleur.

Tu m'as conseillé d'acheter un piano, de placer une photo de mon père à l'intérieur et, avec l'aide de ma femme et de mon fils, de le démolir à grands coups dans la rue, devant chez moi. Ensuite, je devais brûler la photo, diluer les cendres dans un verre de vin et en boire le contenu ; enfin, je devais envoyer à mon père trois touches blanches avec le message suivant : "Je te rends ceci car c'est à toi, j'ai déjà mes propres dents." Une fois cet acte achevé, je devais aller acheter une batterie en compagnie de mon fils.

Je pensais pouvoir récupérer le piano de mon enfance, étant donné que, il y a des années, je l'avais offert à mon professeur de yoga pour le remercier de m'avoir aidé à résoudre mon problème de toxicomanie. Le yogi étant entretemps décédé, j'ai demandé à ses élèves, qui n'ont pas voulu me le restituer. J'ai été tenté d'accomplir l'acte avec un autre clavier ou orgue ou un objet quelconque qui symboliserait le piano, vu que je n'avais pas les moyens d'en acheter un, mais comme tu insistes dans tes livres sur le fait qu'il faut suivre tes instructions au pied de la lettre, je suis retourné à

Paris le 8 mars 2006 et, comme je le supposais, tu m'as bien précisé que ce devait être un piano.

Étant donné mes moyens limités, tu m'as conseillé de chercher sur Internet ou ailleurs quelqu'un qui m'offrirait l'instrument. J'ai profité de cette deuxième rencontre pour te parler d'une douleur dans le dos, côté droit, dont je souffrais depuis cinq ans. Tu m'as conseillé de coller la photo de mon père sur un sac de frappe et de lui donner des coups jusqu'à expulser ma colère. Le 13 mars 2006, j'ai accompli cet acte et je suis resté épuisé par tous ces coups. À mon retour à la maison, mon fils Ananda, six ans, m'a fait un dessin en forme de X où figurait mon nom sur l'une des lignes et "La Mort" sur l'autre, accompagné de trois gouttes de sang. Au centre de la croix était dessinée une tête de mort… Tout mon être a frémi. Il ne me manquait que le piano. J'ai lancé des appels sur Internet, j'ai cherché, j'ai prié pour pouvoir me l'acheter un jour… Je désespérais.

Un jour, alors que je ne l'attendais plus, le piano est apparu, comme par magie, de la plus belle façon qui soit. Une amie que je ne voyais plus depuis longtemps, et qui était plongée depuis plusieurs années dans une terrible dépression, s'est décidée à venir te voir dans l'espoir que tu puisses l'aider et m'a demandé de l'accompagner à Paris. Un jour, alors que nous discutions de ta méthode thérapeutique, sans que je me sois confié sur l'acte que j'avais à accomplir, elle m'a demandé si tes actes étaient difficiles à réaliser, et je lui ai répondu que, dans mon cas, je devais trouver un piano qui ne venait pas. La magie de la vie a opéré : deux mois auparavant, on lui en avait proposé un. Elle a contacté la personne qui devait le lui offrir et lui a demandé de me le donner plutôt à moi. Et voilà.

Le 17 juin 2006, j'ai enfin accompli, sous le regard des voisins au balcon, l'acte de briser le piano avec l'aide de ma femme et de mon fils, qui m'accompagnaient. Lorsque la façade arrière du piano est tombée au sol, quelque chose d'autre est tombé, et j'ai ressenti une grande paix.

Après avoir brûlé la photo et avoir bu les cendres diluées dans un bon verre de vin, j'ai envoyé à mon père les trois touches blanches, assorties du message que tu m'avais dicté : "Je te rends ceci car c'est à toi, j'ai déjà mes propres dents."

Deux jours après, j'ai reçu un appel de mon père, qui a admis s'être trompé.

Au petit matin du 24 juin, nuit de la Saint-Jean (mon saint et celui de mon père), après avoir assisté à ta merveilleuse conférence pleine de magie à la Ferie Mágica de Santa Susanna (à Barcelone), en compagnie de mon fils et de quelques amis, nous avons contemplé le foyer où brûlaient les vestiges du piano.

L'acte s'est terminé le 11 août 2006, date à laquelle j'ai acheté la batterie.

À l'heure actuelle, je passe de bons moments à en jouer avec ma femme et mon fils.

Merci de tout cœur pour ton aide, j'ai commencé à percevoir la magie de la vie et je suis convaincu que je saurai garder les yeux ouverts pour capter les messages du mystère. Je sais qu'il me reste encore beaucoup à faire avant de m'éveiller et de prendre pleinement conscience de l'être, je sais aussi que, grâce à ton amour et à ton aide, j'ai pu alléger le fardeau qui me pesait tant.

Je ne trouve pas les mots pour définir la gratitude immense que j'éprouve, mais je sais que je peux te remercier en me joignant au grand œuvre que, toi et d'autres pareillement lucides, vous accomplissez pour le bien de tous les êtres et de toute vie.

Ton ami à jamais,

Roy

Lettre 4

Bonjour, monsieur Jodorowsky, je m'appelle Raquel. Au mois de mars, vous m'avez tiré les cartes au *Téméraire*. Je vous ai demandé pourquoi j'étais célibataire et il en est ressorti que j'avais un problème avec ma féminité.

La Mort – Le Bateleur – La Force – Le Pendu.

En gros, je me comportais comme un garçon (Le Bateleur) depuis l'enfance et je ne savais pas tout à fait où j'en étais. Je vous ai demandé de l'aide et vous m'avez prescrit un acte, je vous le rappelle car je sais que vous voyez beaucoup de gens : "Me promener dans la ville où j'ai grandi en Espagne quatre jours durant, une heure par jour, en portant sur mon visage mon sang menstruel. Sentir la fierté d'être femme en marchant parmi les passants et s'il y a beaucoup d'hommes, encore mieux."

J'ai senti que je devais le faire, mais j'avais aussi très peur… Peur du ridicule, peur de ressentir de la honte, je ne sais pas. Depuis hier, je suis de retour en France après mon séjour en Espagne ; je vais vous livrer le journal que j'ai tenu, puisque vous m'avez demandé de vous écrire après l'acte.

Villahe, 11 juillet 2007

Arrivée hier soir. J'ai passé quatre mois à chercher la meilleure date, entre mes règles et le travail, et le moment est arrivé. Mon corps m'a écoutée, alors que ce n'était pas simple de tout calculer avec autant d'avance…

Vers 8 heures du soir, j'ai commencé l'acte : devant le miroir de la salle de bains, je me suis badigeonné le visage de sang.

Au début, le teint était homogène et on ne voyait presque pas le sang ; serait-ce suffisant ? Ou fallait-il que ce soit plus visible ?

J'ai tracé plus de traits, comme dans les films d'indiens…, me suis-je dit.

Je suis sortie à huit heures et quart ; le soleil brillait encore et j'ai senti le sang sécher, ce qui me tiraillait un peu la peau. Chaque fois que je croisais quelqu'un, je le regardais du coin de l'œil pour voir si son regard se fixait sur moi…

Je me suis souvenue que vous m'aviez dit : "Tu verras que personne ne fait attention."

J'ai continué jusqu'à une place bondée. Je craignais, par-dessus tout, de tomber sur une connaissance qui viendrait me saluer, me faire la bise, le malaise !

Je me suis dirigée vers les rues principales, j'ai essayé de me dire que je devais être fière d'être une femme, mais je restais assez tendue. Je me suis dit que cette heure allait être interminable.

J'ai pris la direction de la maison de mon ex-compagnon, sans m'en rendre compte au début, puis en me disant : *Pourquoi pas ?* Beaucoup de souvenirs me sont revenus, et c'est ainsi que j'ai par moments oublié de me demander si les passants me regardaient ou non. Je me suis mise à avoir des pensées plus positives. Même si quelqu'un remarquait les traces sur ma figure… et alors ? Finalement, je crois que même parmi les personnes qui m'ont regardée, peu se sont rendu compte de la présence du sang.

Je suis rentrée. L'heure avait filé. Je me suis lavé le visage et je me suis sentie heureuse d'avoir survécu à cette première journée.

12 juillet 2007

Je me lève tôt, je me douche et je me mets de nouveau du sang sur la figure.

Il y en a plus désormais, et il est aussi plus visible sur mon visage. Je sors, je veux essayer de m'acheter un jus au supermarché pour voir comment ça se passe.

Au moment d'entrer, je vois l'une des voisines de mes parents, je prends peur et je fais demi-tour pour lui échapper, je continue d'avancer. Cette rencontre m'a mise sur mes gardes. Je me promène dans les rues principales ; j'ai envie de porter mes lunettes de soleil pour me cacher derrière et observer les regards des passants… Je crois que c'est pire qu'hier. L'heure passe très lentement. J'aimerais passer inaperçue… Je me souviens de l'objet de l'acte : "Me sentir fière d'être femme." Je me le répète en boucle comme un mantra et je me sens mieux. Je commence à entrer en communion avec les autres femmes que je vois dans la rue. Comme si, pour la première fois, je me rendais compte que je faisais partie d'elles, et elles de moi.

Je rentre. J'éprouve des sentiments confus, je me sens à la fois bien et mal. Je me dis que l'exercice est dur.

13 juillet 2007

Aujourd'hui, c'est jour de marché, la place grouille de gens et les rues autour aussi. Vers midi et demi, je réitère l'acte. Me peindre ainsi le visage avec les doigts ne me gêne pas, j'aime ce rituel qui me connecte à moi-même.

La peur surgit de nouveau quand je me retrouve dans la rue, je ne parviens pas à l'éviter.

Pourtant, il faut le dire, il n'y a rien d'excessif. On voit simplement des marques plus foncées… Je me dirige vers la place, couverte de stands et de gens. Je porte une minijupe : je préfère, d'une certaine façon, qu'on remarque mon corps avant le sang sur mon visage. En réalité, la plupart des gens vaquent à leurs occupations sans me prêter attention.

Je dévie de ma route et me rends dans une boutique. Je parle avec la vendeuse, mais je ne m'approche pas trop d'elle. Je ressors. Je me rends cette fois-ci dans un magasin de vêtements pour demander un catalogue. Je ressens de la peur mais je veux voir ce qu'il va se passer… Rien.

Je ressors et je me remets à penser à mon mantra : je me sens bien en tant que femme. Je me le répète durant toute ma promenade. Je retourne au marché. Je suis plus sereine, tout m'est égal. Je retourne à la maison, je suis fatiguée. Il ne reste qu'un jour…

14 juillet 2007

J'avais décidé d'aller voir mes proches aujourd'hui. Je voulais me lever tôt, histoire de faire mon heure de promenade avant de prendre la voiture pour aller chercher ma mère.

Mais je me suis réveillée tard car hier mon petit frère s'est cassé le coude droit et j'ai dû l'accompagner aux urgences en pleine nuit.

Comme je vois que je n'ai pas le temps de me promener, je décide d'aller ainsi chez mes parents.

On ne voit que deux traces plus foncées sur mes pommettes, sous les yeux.

J'entre : mon père étant parti la veille de mon arrivée, il n'y a que ma mère et l'un de mes frères. Fait incroyable, ni l'un ni l'autre ne me parle de mon visage ; j'avais préparé une réponse possible sur les tendances du moment en matière de maquillage…

Il est vrai aussi que le sentiment dominant est l'inquiétude pour mon frère et son coude, et qu'ils sont sous le coup du stress provoqué par le départ de mon père.

Je monte en voiture avec ma mère ; elle ne dit rien, mais nous ne nous regardons pas beaucoup.

Au bout d'une demi-heure, je m'arrête à une station-service et je me nettoie la figure… Me voilà donc une femme, apparemment… Nous poursuivons le trajet.

Tout cela a apporté des changements positifs dans ma vie. Merci beaucoup d'avoir essayé de m'aider, je sais désormais ce que j'ai à faire pour me trouver, pour retrouver la foi et la joie.

Merci encore pour le temps que vous nous consacrez !

Cordialement,

Raquel

Lettre 5

Cher Alejandro,

Il y a un an, je suis venu au café *Le Téméraire* pour vous présenter un problème qui me tourmentait. J'étais en dépression, et je m'étais rendu compte que, presque toute ma vie durant, je ne m'étais pas aimé, et que je me méprisais profondément.

D'après l'analyse de mon arbre et la lecture du tarot, nous avons vu que mes deux grands-mères avaient eu des problèmes d'alcoolisme, et que les femmes dominaient les affaires et contrôlaient les hommes.

Ma grand-mère paternelle se méprisait et finit par perdre ses jambes sous l'effet de l'alcool et du tabac. Mon père se méprisait, il lui manque déjà une jambe et il risque de perdre l'autre.

La conclusion a été que j'avais ce que vous appelez un "noyau homosexuel".

Acte psychomagique : m'habiller en femme, en belle femme, et aller dans un bar gay. Mettre ensuite les vêtements portés cette nuit-là dans un paquet, que j'offrirais à ma mère pour qu'elle cesse de chercher la femme en moi.

Acheter de l'arnica en pommade, masser les jambes de mon père, ou ce qu'il en reste. Lui demander qu'il masse les miennes, car elles me font moi aussi souffrir. Enterrer ce qu'il reste de pommade et planter dessus un rosier.

Résultat : avant d'accomplir l'acte, j'ai pris conscience que je me suis toujours entouré de femmes, avec l'espoir irréfléchi d'être comme elles, et je me suis rendu compte que j'avais rejeté le modèle paternel auquel je ne voulais pas m'identifier. S'ajoutait à cela l'influence colossale de cette

phrase de ma mère : “Tu seras gentil avec les filles”, étant donné que mon père était un coureur de jupons invétéré.

La réalisation de l’acte a été merveilleuse, très amusante. Ma confiance en moi est remontée à bloc.

La douleur dans mes jambes a disparu. Petit à petit, le mépris que j’éprouve à mon égard s’est atténué, même si ça n’a pas été immédiat. L’acceptation de ce que je suis ne fait que progresser.

Bien que je continue à rencontrer des problèmes pour exprimer ma sexualité, j’accepte de plus en plus mon désir, ce qui n’était pas le cas avant.

Je ne ressens plus avec autant de force le désir de ressembler aux femmes, j’ai plutôt adopté certains hommes comme modèles. Ma voix et mes gestes se sont eux aussi masculinisés. L’influence de ma mère sur mes actes conscients a reculé, même si j’entends encore le poids de ce “Tu seras gentil avec les filles”. En fin de compte, l’acte a été un grand élan d’amour-propre et de force, qui s’est étendu à tous les aspects de ma vie.

Merci beaucoup,

David

Lettre 6

Voici l'acte que vous m'avez indiqué de faire à minuit. Je suis allé dans un lieu isolé, avec un seau d'eau et une montre ; je devais accomplir l'acte nu, je me suis donc déshabillé puis agenouillé devant le seau. Durant les sept dernières minutes, j'ai compté chaque seconde et je me suis concentré sur la question suivante : "Que veux-je faire de ma vie ?"

Le temps s'est progressivement distendu. Quand les aiguilles de la montre ont indiqué minuit, j'ai plongé ma tête dans le seau (il était assez petit, et j'ai ressenti une certaine claustrophobie).

J'ai commencé à dire : "Si je ne trouve pas ce que je veux, je meurs." Je l'ai répété plusieurs fois, chaque fois avec plus de force, jusqu'à ce que je n'aie plus de souffle ; j'avais peur que quelqu'un arrive et je n'arrivais donc pas à me concentrer. J'ai ressorti la tête avec l'impression de ne pas avoir atteint mon objectif. J'ai décidé de rester plus longtemps sous l'eau la fois suivante : j'ai remis la tête dans le seau, et j'ai pensé à la phrase sans la prononcer, parce que je perdais le souffle en criant sous l'eau et en faisant des bulles. J'ai essayé de me détendre.

Tandis que l'oxygène s'épuisait, tout un tas de raisonnements ont commencé à envahir mon esprit.

J'ai pensé que c'était peut-être un symbole à interpréter et que la *clé* m'orienterait vers une nouvelle vocation que je ne connaissais pas encore : plongeur sous-marin, scientifique spécialisé en sons de mammifères aquatiques, astronaute, que sais-je encore… Le problème, c'est que je me suis retrouvé sans air et j'ai sorti la tête de l'eau, sachant que rien de tout cela n'était la réponse que j'attendais.

J'ai décidé de recommencer une dernière fois.

J’ai pris une profonde inspiration et j’ai remis la tête sous l’eau, décidé à mourir noyé si je ne trouvais pas la réponse. J’ai fait le silence en moi, j’ai senti le sang parcourir mes veines et j’ai écouté les battements de mon cœur ; je me suis laissé porter, je me suis détendu ; j’ai laissé l’oxygène se vider lentement, je me suis immergé dans un océan froid, sombre et silencieux, prêt à m’avaler ; j’ai senti une force qui m’entraînait et m’invitait à disparaître ; j’ai eu peur, très peur, je me suis senti envahi par un vide ensorcelant. Soudain, je suis revenu à moi-même et je me suis rendu compte que j’étais en train de perdre connaissance, j’avais oublié la question. J’ai sorti la tête de l’eau, j’ai inspiré profondément… et la réponse, peut-être parce que je ne la cherchais plus, m’est venue.

Ce que je veux faire, c’est vivre, apprendre à vivre !

Depuis petit, on m’a confié des rôles et des responsabilités que je n’aurais pas dû endosser. Mon père est parti de la maison quand j’avais sept ans ; depuis, ma mère a transféré son rôle sur moi et m’a toujours reproché de ne pas l’assumer. Lorsque j’ai eu dix-huit ans, je suis moi-même parti, prêt à laisser derrière moi tout mon passé, mais j’ai désormais conscience que tout fait partie de moi et je me suis mis à chercher, et je cherche encore…

Merci,

Patricio

Lettre 7

Cher monsieur Jodorowsky,

Je vous écris afin de témoigner de l'effet bénéfique et exceptionnel d'un acte psychomagique que vous m'avez proposé de faire, il y a un an environ, au café *Le Téméraire*.

Depuis très jeune, je suis sujette à des problèmes d'arthrose anormaux pour une personne plutôt jeune (j'ai trente-cinq ans). L'an passé j'étais dans une période de violentes crises de douleur et ayant déjà exploré les chemins d'une diététique différente (très peu de laitages), de cures thermales et d'autres choses encore, qui ont amélioré la situation de ma santé, mais pas au point de faire disparaître ces crises très douloureuses, revenant par cycles. Je me suis dit, connaissant bien votre travail, qu'il serait bon de vous en faire part, lors d'une consultation à Paris.

Vous avez relié ce problème à des problèmes de demandes affectives déséquilibrées liées à ma grand-mère maternelle.

Cette suggestion me parut très pertinente car, en effet, il y a bel et bien un problème à ce sujet-là dans ma famille.

Vous m'avez proposé de faire un acte pour délivrer mes os de la douleur que je portais et qui était en fait sans doute celle de ma grand-mère.

J'ai réalisé cet acte. J'ai dormi avec un squelette d'étude, que j'ai déposé au cimetière avec du miel d'acacia auprès de la tombe de ma grand-mère en lui exprimant le besoin que j'avais de lui "rendre ses os et sa douleur". Puis je devais me rendre à un cours de danse africaine pour libérer le bassin. Enfin, je devais couper le contact avec ma mère, en lui demandant de couper la ficelle d'un ballon en hélium à laquelle était accrochée sa photo.

Je voudrais témoigner ici de ma sincère reconnaissance et de ma stupéfaction car dès la première partie de cet acte réalisée (le squelette), mes crises de douleur se sont brusquement arrêtées. C'est assez époustouflant.

Elles sont parfois revenues mais uniquement après des disputes, donc en lien avec un problème affectif, avec mon petit ami.

Si l'arthrose est sans doute encore là car mon cas est, de l'avis de différents thérapeutes, très rare, je peux témoigner que je n'ai pratiquement plus jamais eu de crises de douleur violentes. Et lorsque j'en subis encore certaines, c'est toujours lié à un problème affectif. Vous êtes tout simplement un magicien et un homme d'une clairvoyance étonnante.

Votre connaissance parfaite de ce qui relie nos actes conscients à l'inconscient vous permet d'aider les gens qui viennent à vous, c'est évident !

Merci pour tout !

Virginie

Lettre 8

Merci Alejandro,

Nous sommes venus vous voir parce que le deuxième enfant que portait ma femme, enceinte de huit mois révolus, était en siège. Donc après avoir préparé la naissance avec une sage-femme libérale et après avoir consulté un gynécologue obstétricien pratiquant la version (retournement de l'enfant dans le giron maternel). La version étant prévue pour le 17 octobre, ces professionnels sans nous donner de mauvaise prédiction nous parlaient d'une ultime chance de vivre un accouchement naturel par voie basse car celui-ci était quasiment impossible en siège selon leur analyse. Ils nous disaient que si le bébé ne se retournait pas, nous nous orientions vers une naissance par césarienne. Ce que je refusais de faire vivre à l'enfant et à ma femme. Le terme théorique de la grossesse était prévu pour le 6 novembre. L'échéance se rapprochait à grands pas !

La consultation de tarot que vous nous avez donnée était MAGIQUE ! MIRACULEUSE !

Voici ce qui s'est passé :

Nous nous sommes présentés ensemble devant vous. Ethan, mon premier fils (quatre ans), ma femme et moi-même. Vous nous avez dit, en vous adressant à ma femme, remarquant qu'elle était enceinte :

— C'est ton deuxième ? Comment se nomme le premier ?

— Ethan.

— Et pour lui quel prénom lui donnes-tu ?

— Nathan.

— Non ! Tu ne peux pas, tu veux répéter Ethan. Change de prénom !… Bon, pourquoi viens-tu consulter le tarot ?

— Justement, l'enfant se présente en siège. Pourquoi ? Et surtout quoi faire pour…

Et vous de répondre :

— Il y a trois possibilités pour lesquelles il se présente en siège : 1. Tu ne veux pas revivre l'accouchement. 2. Tu veux une fille et c'est un garçon. 3. Tu es en crise avec lui (le père). Tiens, prends le tarot, mélange… Ouvre, choisis trois cartes.

Elle sort : La Force – L'Hermite – Le Pape.

Après avoir analysé le tirage et donné l'interprétation, le message était qu'elle ne donnait pas sa place à ce nouvel enfant car en crise profonde vis-à-vis de moi, en crise contre le père qui la trahit dans sa vie personnelle, en crise car le deuxième enfant n'était pas une fille (elle est la seconde de sa fratrie : un garçon puis une fille)… Elle voulait au fond d'elle-même que je lui fasse une fille… pour répéter le schéma. En crise parce que ce faisant, l'homme, le père, la trompe, la trahit… L'enfant ne trouve pas sa place.

Dans mon histoire, ce deuxième enfant qui répète le premier faisait écho à mes frères jumeaux dont les prénoms sont Olivier Pascal et Pascal Olivier. Une place pour deux. Bref, le tarot parle ! Il chante à travers vous pour aller à l'essentiel, pour une communication vraie et profonde.

Quoi faire ?… Trois cartes : Le Bateleur – L'Arcane sans nom – L'Étoile. Une quatrième carte sur L'Arcane sans nom : Le Monde.

— Bon, je comprends ce que veut dire le tarot. Voici ce que vous allez faire ensemble : Ethan va jouer le rôle de son frère, tu le places sur le corps nu de sa mère tête en haut, en siège et, tout en lui donnant des bonbons au chocolat, tu le fais tourner sur le ventre lentement, doucement, délicatement. Jusqu'à ce qu'il soit tête en bas et ensuite tu mimes la naissance, le passage entre les jambes de sa mère, et vous lui donnez son nouveau prénom.

Et, en vous adressant une dernière fois à ma femme, vous lui dites : "Cherche au fond de toi-même son prénom."

Voilà, au revoir et merci…

En sortant du café, le choc, le corps qui vibre… la fin du travail profond commence.

J'ai attendu qu'elle trouve le prénom… au fond d'elle-même. Pendant trois jours elle a cherché et trouvait toujours des prénoms proches phonétiquement, symboliquement de Ethan. Et au bout du troisième jour, le prénom surgit ! Luca !

Et nous avons enfin pu faire l'acte le troisième jour après vous avoir consulté. Ethan était partant, heureux de jouer le rôle de son frère, de nous aider… Joyeux à l'idée de jouer cet acte.

Il était nu, il rigolait, elle était nue, je l'ai placé sur son ventre, et j'ai commencé à lui donner des chocolats (j'avais choisi des œufs en chocolat) et doucement, calmement, avec toutes les précautions, j'ai commencé à le retourner, il rigolait et mangeait ses chocolats, encore un puis un autre et pour finir je l'ai retourné complètement, mimé la naissance et nous avons dit : "Bienvenue au monde Luca !"

Nous avions commencé cet acte à 14 h 59. Nous avons eu l'impression que cela avait été un peu vite et nous avons décidé de le refaire. Ethan était d'accord, et nous l'avons fait trois fois en tout, il a mangé avec joie et dans un grand plaisir neuf chocolats (œufs).

L'acte s'est terminé à 15 h 15 et a duré quinze minutes. Et puis ils se sont rhabillés et nous avons bu un thé.

Épilogue : Le Miracle !

Nous nous sommes rendus le mercredi 17, sept jours après la consultation de tarot, pour la version en présence de la sage-femme et du médecin obstétricien. Il a pratiqué la version et à notre grand étonnement cela a été fait dans une douceur infinie comme si le corps de ma femme était déjà préparé, entraîné et Luca a tourné. Miracle ! Cela a pris quinze minutes, le même temps que pour l'acte. Les corps étaient mous,

complètement détendus, ma femme était totalement confiante et sereine. Quelle douceur ! Quelle beauté !

Et quelle a été notre surprise lorsque le médecin et la sage-femme nous ont dit qu'ils nous offraient cet acte médical, nous n'avions rien à débourser ! Et c'est avec une joie infinie que nous sommes en mesure de vous annoncer la naissance de Luca le 28 octobre 2007 à 1 h 05 du matin, un accouchement merveilleux, par les voies naturelles et surtout sans péridurale. Quelle merveille cette naissance. Je me rappellerai ces événements toute ma vie !

Merci, merci, merci Alejandro !

Frédéric

Lettre 9

Je suis venue vous voir au café la semaine dernière avec deux problèmes. L'un concernait ma mère et l'autre mon père. Ma mère souffre d'une psychose et je n'arrive pas à l'accepter. Ma relation avec elle oscille entre la haine et la volonté de la sauver. (Je suis fille unique, mes parents sont séparés et j'ai habité longtemps seule avec ma mère : de six à seize ans.)

Mon père habite aux Antilles, j'y ai habité jusqu'à cinq ans, puis quand mes parents ont divorcé je suis venue en France avec ma mère. Trois fois par an, je prenais l'avion pour aller voir mon père. Je ne suis pas du tout proche de lui car il me fait peur. Je n'ai jamais compris d'où venait cette peur. Vous m'avez dit que mon père ne me voyait pas comme une fille mais comme une femme/épouse et que, sentant ce regard sur moi, je n'avais pu réaliser le complexe d'Œdipe. J'ai déplacé cette peur de mon père sur les hommes, je suis incapable d'avoir une relation avec un homme car je me sens en leur présence comme une enfant sans défense, menacée. Je dois vous dire que mon père, s'il ne m'a jamais touchée physiquement, a eu des attouchements sur plusieurs de mes amies et a violé la fille de sa deuxième femme quand elle avait entre douze et seize ans. Je l'ai appris à seize ans mais déjà bien avant j'avais peur de lui.

Comme acte, vous m'avez dit de mettre les vêtements de ma mère, d'agrandir une photo d'elle et de m'en faire un masque, et d'aller voir le monde avec ses yeux. Après, vous m'avez dit d'appeler mon père et de lui parler comme lui parlerait ma mère.

Le jeudi après vous avoir vu au café, j'ai pris ma mère en photo en prétextant que j'avais besoin de tester ma caméra qui n'avait pas l'air de marcher très bien. Ma mère était très mal ce jour-là et était très réticente à ce que je la photographie. J'ai fait développer la photo. Dessus elle a un

visage torturé et douloureux qui fait peur. J'ai profité qu'elle soit partie pour aller prendre des vêtements dans son placard (je suis revenue cette année habiter chez elle dans le but de l'aider à se stabiliser après cinq mois d'hospitalisation et pour préparer mon départ en Espagne où je vais m'installer), mais elle est revenue à l'improviste et je n'ai pu dissimuler sa culotte et son soutien-gorge que j'avais à la main. Elle m'a questionnée, j'ai répondu évasivement. Je suis partie. À mon retour, dans ma chambre, il y avait une jupe et un tee-shirt sur mon bureau. Elle était contente que je porte ses vêtements, elle m'invitait à le faire.

Ce matin, je suis allée chercher la photo. En grand elle était très impressionnante. J'ai demandé à une amie de m'accompagner. Je suis arrivée chez elle, elle habite le Marais à Paris, avec tout l'attirail. Je me suis habillée, les chaussures trop petites, la jupe que je ne pouvais fermer, la culotte trop serrée, pas de soutien-gorge car je n'en ai pas trouvé, un tee-shirt et le pull. J'ai commencé à construire le masque. Je suis allée me regarder dans la glace et ça m'a beaucoup impressionnée. J'étais terrorisée à l'idée de m'exposer au regard des autres comme cela. Mais mon amie m'a encouragée, nous sommes descendues dans la rue, je n'ai pas mis le masque tout de suite car j'avais peur, et au bout de quelques mètres je l'ai mis sans réfléchir. J'avais l'impression que ma vie allait basculer, mais non, les gens nous croisaient en me regardant du coin de l'œil. Au début j'osais à peine les regarder et puis je me suis détendue, j'ai presque oublié que je portais le masque et je les ai regardés me regarder. J'ai commencé à parler de tout et de rien avec mon amie, nous avons marché tranquillement jusqu'à République pendant une vingtaine de minutes, peut-être plus, je ne sais pas très bien. Au retour, sans me prévenir, mon amie est rentrée dans un café acheter des cigarettes. Je me suis retrouvée toute seule dans la rue avec mon masque et là le choc a été très violent. Au début j'ai cherché un mur pour m'y fondre et me cacher du regard des gens. J'ai gardé le masque et je suis restée debout sans bouger à l'attendre. Sans mon amie, le regard des gens

n’était plus le même, ils ne pouvaient plus la regarder pour se rassurer en se disant que c’était un gag ou une plaisanterie. Les gens étaient interloqués, presque choqués, des enfants ont eu peur de moi. Quand mon amie est sortie, je lui ai dit qu’il fallait que je termine toute seule, que c’était très différent. Je l’ai laissée partir devant et j’ai commencé à marcher toute seule. J’étais comme un zombie, plongée dans une autre réalité. Le chemin jusqu’à sa maison n’était plus très long mais le parcourir a été pour moi d’une grande violence. Je suis montée chez elle seule pour appeler mon père. Je l’ai appelé plusieurs fois mais j’ai eu son répondeur. Je n’ai pas laissé de message.

Mon amie m’a rejointe et nous avons mangé. J’ai gardé les vêtements mais j’ai enlevé le masque. À nouveau mon amie est partie et j’ai remis le masque pour appeler mon père. J’ai essayé de le voir non comme mon père, mais comme un homme et de lui parler comme tel. Je me rends compte maintenant que lorsque je lui parle je me fais encore plus petite fille que je ne le suis afin d’être “inviolable”. Je lui ai parlé avec assurance et fermeté, de manière assez directe. La conversation a été brève. J’ai évoqué mes projets futurs : mes vacances, mon prochain départ pour Barcelone. J’ai raccroché, je me suis changée et voilà.

La partie de l’acte avec le masque m’a surtout fait me confronter à ma dépendance vis-à-vis du regard des autres et à mon manque de liberté. Quand je me suis retrouvée seule en train de marcher, c’était comme si j’étais nue, exposée et vulnérable, alors que j’étais cachée derrière un autre visage, avec des vêtements qui n’étaient pas les miens. La partie avec mon père a été pour moi facile et naturelle alors que c’est celle que j’appréhendais le plus. C’était comme une nécessité pour moi. J’ai le doute, je ne sais pas si j’ai été suffisamment fidèle à ce que vous m’aviez prescrit. Je crois que j’ai arrondi quelques angles. J’ai l’impression d’avoir fait un premier pas en me confrontant à mes peurs.

Florence

Lettre 10

Alejandro,

Mercredi 18 janvier, je suis venue vous rencontrer au café *Le Téméraire* avec des questions : pourquoi je n'arrive pas à perdre du poids et est-ce un problème que mon fils Max, deux ans, porte le prénom de saint Maxime, jour de la naissance du premier enfant mort-né de ma mère ?

Vous m'avez conseillé deux actes que j'ai mis en œuvre. Le premier consistait à mettre trois kilos de pâte d'amandes sur mon ventre pendant une heure à minuit, puis de façonner un bébé que je devais enterrer dans un pot de terre dans lequel je plante un arbuste pour offrir le tout à ma mère.

J'ai réalisé cet acte en conscience avec concentration, comme une cérémonie officielle. J'appréhendais, mais sur le moment j'ai accompli l'acte symbolique sereinement. J'ai gardé cette plante d'appartement dans ma maison en l'arrosant régulièrement pour offrir une belle plante à ma mère. Dix jours plus tard, une odeur putride envahissait la maison, comme si un mort se décomposait dans la salle à manger. Mon mari a vite repéré que le pot empestait et l'a sorti de la maison pour le mettre dans une remise où ça ne craint pas le gel. Mais la plante a dépéri, elle est morte de froid et mon acte n'était pas terminé car je ne l'avais pas offert à ma mère. Le 10 mars, jour de son anniversaire, ma mère nous invite, je décide de prendre le pot (le cercueil) avec moi et de le lui donner en lui expliquant tant bien que mal notre rencontre à Paris et l'aspect symbolique de l'acte. Elle voit le pot et me dit : "Non, je n'en veux pas, garde-le !" Incapable de lui dire qu'il y avait un enfant mort dedans (pâte d'amandes), mon mari me dit en catimini : "Il faut le laisser là, moi je n'en veux pas non plus !" Je me suis retrouvée tiraillée entre les deux : étais-je prête à ne plus jouer le rôle de la consolatrice de maman en portant son chagrin ?

Décidément OUI : j'ai donc, à la hâte, creusé un trou dans son jardin, enfoui le contenu du pot dedans, rebouché rapidement comme une voleuse et je suis revenue auprès de mes parents qui discutaient dans le salon, comme si de rien n'était. Mais je n'étais pas détendue, j'avais peur que ma mère découvre le "cadavre" et comprenne ce que j'avais fait, je me sentais honteuse, comme si j'avais trahi ma mère. De retour chez moi, je rappelle ma mère pour lui expliquer qu'il était important que je laisse "le bébé" là où il aurait dû être depuis le début. Ma mère a compris et nous n'en avons plus jamais reparlé.

L'odeur putride s'était répandue dans la voiture qui a transporté le pot. J'ai nettoyé, désinfecté (avec une bombe désinfectante qu'utilisent les hôpitaux quand un mort laisse des odeurs), acheté un désodorisant de voiture pour ne plus jamais sentir "ce bébé mort qui était en moi".

Voilà la fin de l'acte 1, c'est avec soulagement que je le termine car c'était pénible à vivre.

Le second acte consistait à changer le prénom de mes deux garçons pour couper avec l'histoire de l'enfant mort. J'ai trois enfants : Louise, onze ans, Martin, huit ans, et Max, deux ans. J'ai compris grâce à vous Alejandro que Martin et Max c'était MAMA, j'ai donc expliqué à mes deux grands notre rencontre et l'intérêt symbolique de changer les prénoms. À mon grand étonnement, ils ont très bien compris le sens de l'acte. J'ai fait faire à un charpentier couvreur deux boîtes en plomb de la taille d'une boîte d'allumettes. J'ai acheté deux jolies boîtes rouge et dorée qui ressemblent à des petites armoires japonaises. J'ai acheté quatre médailles : deux médailles en argent sur lesquelles sont gravées MAX – MARTIN, puis deux médailles en or avec les nouveaux prénoms : ALEX – OLIVIER.

Le choix des prénoms est porteur de sens pour moi : Martin a choisi Olivier, c'est le symbole de la paix et c'est un beau moyen de faire la paix avec l'histoire. Max : j'ai choisi Alex tout simplement en rapport avec votre prénom.

Le jour de la Sainte-Louise (15 mars), j'ai organisé le rituel du changement de prénom : chaque enfant a déposé la médaille en argent dans la boîte en plomb et pris l'or gravé à leur nouveau prénom pour l'installer dans les jolies petites boîtes. Elles sont exposées dans la salle à manger.

J'ai donc accompli la fin de l'acte 2 et je me disais : *Maintenant je peux perdre du poids !*

Depuis le 18 janvier, jour de notre rencontre, vous m'aviez dit : "Si tu ne manges plus de sucre, tu vas perdre quatorze kilos !" Et à partir de cet instant, moi qui étais "viscéralement" attirée par le sucre, j'ai eu comme un dégoût du sucre. J'ai arrêté le sucre.

Merci, merci, merci !

Marie

Lettre 11

Cher Alejandro,

Je suis venue la semaine dernière au *Téméraire* pour des violences sexuelles qui ont eu lieu il y a dix ans, et dont je n'avais jamais parlé que chez un psy, dans une bulle, et comme ça m'a bouleversée de devoir dire ça en public, je voudrais d'abord te remercier sincèrement et profondément pour la générosité et l'intelligence avec lesquelles tu as accueilli cette émotion. Je pense que cette justesse n'est possible que quand on a soi-même beaucoup souffert, et je te le dis du fond du cœur : tes qualités humaines et ton intuition hors du commun m'ont marquée pour toujours !

À travers la similitude de prénom de mon père et de celui qui m'a forcée, et peut-être aussi du fait que je ne me suis pas défendue, tu as déduit que je me sentais coupable de tout ça, à cause d'un trop grand désir pour mon père que j'aurais projeté sur l'autre. Voici l'acte psychomagique que tu m'as prescrit : "Va imprimer la photo de ton père en très grand sur un tee-shirt que tu vas ensuite faire porter à un ami. Tu vas lui dire, en regardant le tee-shirt, à quel point tu l'as aimé, à quel point tu l'as désiré, et après tu vas lui dire pardon, puis enfouir le tee-shirt dans la terre, et faire pousser une plante à cet endroit. Alors, tu te sentiras beaucoup mieux…"

Pour commencer, il y a eu quelques imprévus, puisque l'imprimeur ayant un problème d'impression – le premier tee-shirt était vert, on aurait dit un malade ! –, il m'en a offert un deuxième… Ma "doublure paternelle" a porté les deux tee-shirts, pour que j'enfouisse aussi les deux. Après ma confession, j'ai décidé de me rendre au bois de Boulogne, avec sous le bras un olivier (mon père est kabyle) qui m'a coûté 33 euros (j'ai trente-trois ans : la résurrection !).

Comme il était difficile de trouver un coin sauvage, je me suis un peu forcée à le planter dans un endroit isolé, mais la terre était dure et je me suis fait piquer par des orties… Des agents de surveillance sont arrivés en me disant que je n'avais pas le droit de faire ça, qu'il fallait que je passe par la mairie et tout ça… Je n'ai compris qu'ils étaient en fait des guides que quand ils m'ont dit : "Vous voyez pas qu'ici c'est dégueulasse ? C'est le coin des hommes, ils vont pisser dessus, baiser dessus, l'arracher… Vous faites rien de mal, vous plantez un arbre ! Mais vous avez vraiment mal choisi l'endroit !"

Et mon inconscient en était donc encore à l'amour malade, coupable, dégueulasse, au viol, à l'inceste… Je suis partie, j'ai continué à me perdre de plus en plus, et alors que j'allais franchement me décourager, j'ai finalement trouvé un coin protégé par un grillage près d'un sentier, un endroit idéal, ce qui m'a été confirmé comme dans un rêve par un vieux monsieur de l'âge de mon père qui a regardé l'olivier en disant qu'il était beau.

Quand il a disparu de ma vue, je suis passée par-dessus le grillage, un petit coin protégé, propre, sauvage et charmant, ensoleillé, spacieux, d'où personne ne me voyait, un coin idéal : le jardin secret de mon cœur !

La terre était incroyablement facile à creuser, j'ai enterré le tee-shirt de l'amour malade en dessous du tee-shirt de l'amour démesuré, et il y a vraiment eu un moment de grâce.

Je suis sûre que je vais aller mieux, en tout cas, je me sens plus libre, plus libre d'aimer, et plus libre d'être aimée.

MERCI !!!

Anonyme

Lettre 12

Cher Alejandro,

Voici comment s'est déroulé l'acte psychomagique que vous m'avez "prescrit".

L'acte était de faire l'amour avec un homme dans un cimetière.

Après avoir reçu cette indication d'acte à poser, tout s'est déroulé de manière magique ! L'univers semble avoir tout organisé à ma place !

Le soir même, un homme m'invite à passer la soirée avec lui. C'est un homme qui ne ressemble pas à ceux que j'ai déjà connus dans le passé. Il ne cherche pas à me séduire à tout prix, alors je lui propose de réaliser mon acte psychomagique avec lui. Cela ne le surprend pas, il est aussi dans l'énergie particulière de son tirage de tarot qui l'a bouleversé… Nous allons dans un cimetière mais tout est fermé. Nous renonçons, fatigués, mais flirtons ensemble. Je rentre sur Grenoble où je vis. Quelques jours plus tard, ce jeune homme m'appelle et propose de venir me voir quelques jours puisqu'il est à quelques kilomètres de chez moi. J'accepte un peu anxieuse. Je m'aperçois qu'il est d'accord de m'aider à faire mon acte psychomagique.

Nous allons dans un joli cimetière de campagne, dans l'après-midi. Mais une fois assis dans l'herbe, il panique de peur d'être vu par quelqu'un. L'acte devenant impossible sans lui, je propose de partir. Nous tentons un autre cimetière plus loin, dans le village où j'ai vécu mes premiers mois de vie. Nous nous sentons à l'aise, et nous nous embrassons et nous étreignons avec tendresse. Deux adolescentes ne cessent de passer devant nous et nous dérangent.

Nous rentrons.

Le soir, lorsqu'il s'agit d'avoir une relation sexuelle ensemble, je refuse. Le fait d'être touchée suscite chez moi de la répulsion. Alors je m'inquiète : notre tendresse au cimetière n'a pas suffi. J'étais réconfortée dans ses bras mais pas excitée… Alors je propose de recommencer l'acte. Mon partenaire n'accepte que si nous le faisons de nuit pour ne pas être vus.

Mais avant de partir, mon partenaire me raconte qu'il a couché avec une prostituée lors d'un voyage de jeunesse.

Et là, tout semble s'écrouler pour moi. Je devais trouver un homme honnête sexuellement, et il ne l'est pas… Cela me met dans tous mes états : je pleure, inconsolable.

C'est cet état de désespoir profond qui me fait prendre conscience que c'est un acte très important pour moi.

Perdue, je n'arrive pas à me calmer, et mon partenaire est désemparé. J'ouvre compulsivement le livre *Le Théâtre de la guérison* et je lis "foi ou pas foi, il faut se montrer assez honnête pour suivre à la lettre les instructions reçues. Si vous consultez un médecin et que, sorti de chez lui, vous ne vous donnez pas la peine d'acheter et de prendre les médicaments prescrits sur l'ordonnance, comment pouvez-vous ensuite vous prononcer sur l'efficacité de son traitement ?".

Je n'en crois pas mes yeux, je lis ce dont j'ai besoin, c'est magique et j'ai l'impression qu'une force supérieure est à l'œuvre… Je suis guidée et soutenue. Et comment puis-je douter à ce point ?

Je décide de faire confiance en pensant à Jodorowsky. Mon partenaire est aussi motivé à m'aider et nous décidons d'y aller, requinqués.

Au cimetière, nous escaladons le muret, un peu anxieux et très excités à la fois. Nous avançons main dans la main jusqu'au cœur du cimetière. Nous nous installons sur un banc sous un arbre. Satisfaits d'avoir réussi la première étape, nous rigolons comme deux adolescents, en buvant et en fumant un peu. Je recontacte mon adolescente intérieure (celle qui a été abusée à la mort de son père).

Puis nous tentons de poser un acte d'amour malgré le froid et l'univers morbide qui nous entoure ! D'un coup, le temps s'arrête de tourner. Tout cela me semble irréel, comme dans un rêve. J'ai la sensation que des êtres invisibles travaillent au-dessus de nous dans une alchimie qui me dépasse totalement. J'ai l'impression de voir la scène qui se déroule d'en haut… Que cet homme, je le connais depuis très longtemps, que nous traversons plusieurs vies… Bref, le temps n'existe plus, il est suspendu. Puis, après 1 h 30, nous sortons du rêve et je propose de rentrer, je ressens qu'on n'a plus rien à faire ici !

Arrivés chez moi, nous nous sentons triomphants et fatigués… comme après l'ascension d'un sommet qui se termine dans un refuge de montagne.

Le lendemain, je me réveille avec le corps lourd comme du plomb. Dans la journée j'éprouve du désir pour mon compagnon, et j'en suis ravie, j'ai l'impression d'être déjà guérie !!

Nous commençons un acte d'amour, mais mon compagnon s'arrête, il n'arrive pas à aller jusqu'au bout de son excitation et cela le blesse. Il a honte, il est au plus mal. Rien ne semble l'apaiser. Nous tentons de trouver un sens, en vain. Mais l'acte posé s'est fait le jour de sa conception, quand même… Puis le lendemain au moment de se quitter, l'acte d'amour se pose naturellement et sans blocage. Chacun semble libéré !

Il a l'impression de coucher avec une femme pour la première fois (il me rend femme), et moi je couche avec un homme honnête pour la première fois !!

Deux jours plus tard je vois du sang entre mes cuisses… Effrayée car ce n'est pas la date de mes menstruations, j'en conclus que j'ai perdu ma virginité ! Et, blague de la vie, je m'aperçois que ce n'est pas du sang mais du chocolat que j'ai fait tomber en mangeant mon déjeuner !

Autre surprise le jour suivant, je sors de chez moi et un ex-petit ami qui m'a quittée il y a trois, quatre ans vient me déposer ses coordonnées dans

ma boîte aux lettres. Il me parle, surexcité… et tout en l'écoutant je me demande : *Mais qu'est-ce qui a pu te plaire chez cet homme ??!.*

Je m'aperçois que cet homme que j'ai aimé, et qui m'a blessée et humiliée, ne me fait aucun effet ! J'en conclus que les hommes malhonnêtes ne m'excitent plus !

C'est un véritable miracle ! Cela m'impressionne ! Je remercie la vie pour ce cadeau tombé du ciel !

Pour conclure, merci pour ce changement radical et magique qui semble avoir été libérateur, dans la mesure où je suis en couple avec Olivier (mon partenaire dans l'acte psychomagique). Et cela semble d'autant plus beau que nos prénoms renvoient à l'histoire biblique de Noé, à qui la colombe amène un rameau d'olivier pour lui annoncer la fin du Déluge !!! Dans l'histoire, seriez-vous donc la colombe ?!

Noémie

Lettre 13

C'était la première fois que j'allais au bar *Le Téméraire*, j'avais déjà entendu parler de Jodorowsky quand j'habitais à Marseille. On me disait que c'était un homme exceptionnel, que grâce à son talent de tarologue et à ses actes psychomagiques, il avait aidé énormément de gens venus du monde entier… Quelques années plus tard, je me suis installée à Paris pour mon métier de comédienne. J'ai toujours travaillé sur moi (la spiritualité est une chose innée chez tout le monde et elle l'a été dans ma vie).

Depuis l'enfance, je me suis sentie différente, "mal" dans ma peau. Je pensais que j'étais un garçon, curieux, non ? J'avais un contact curieux avec les gens en général, avec ma famille en particulier, on m'appelait "Le Diable". Seule ma grand-mère décédée aujourd'hui (que Dieu ait son âme) m'appelait en arabe "EL AHSSAN" qui signifie "cheval indomptable et fougueux". J'étais hyperactive, complètement éparpillée. J'avais des difficultés à respirer, à manger, à aller aux toilettes. J'ai été constipée pendant vingt-cinq ans ! Peur de "lâcher", peur de tomber dans les toilettes.

Côté affectif, une vraie catastrophe, je ne tombais que sur des hommes qui avaient des problèmes sexuels, pas d'érection ou peu. La plupart étaient violents ou malheureux chroniques, ne voulaient pas s'engager avec moi, méprisaient ce que j'étais (mes origines, mon physique tantôt féminin, tantôt pas assez naturel).

J'ai été en psychanalyse, chose qui me fait du bien (processus un peu long et un peu cher).

Je décide de me rendre par curiosité au bar *Le Téméraire* pour rencontrer le "bonhomme". Je le vois arriver, s'installer parmi cette foule qui l'attend. Fabuleuse ambiance où tout le monde a l'impression de jouer sa vie au moment du tirage au sort.

La première fois, je ne suis pas tirée au sort. Je reviens la deuxième fois et là je suis tirée en septième position. Curieux, non, quand on sait que je suis la septième dans ma fratrie !

J'ai peur, je m'installe en face de lui, je pose la question suivante :

— Pourquoi ça ne marche jamais avec les hommes ?

Il me répond :

— Jamais, jamais ?

Et je dis :

— Jamais !

Il me demande de mélanger les cartes, me lance :

— Je sais pas, les cartes vont te répondre…

Je pose, je coupe…

Trois cartes sont tirées :

La Lune (la mère) à ma gauche.

Le Chariot (le jeune homme) au milieu.

Le Soleil (le père) à ma droite.

"Dans certaines familles, on préfère avoir un garçon qu'une fille, c'est comme ça, tu vas aller voir un couple et faire un « massage de naissance »."

Complètement "bluffée" par ce que je viens d'entendre.

En effet, je n'ai pas été une enfant désirée. Ma mère a épousé mon père, elle avait onze ans, lui trente ans. C'était en Algérie. C'était un grand imam, médium, guérisseur. Il disait qu'il mourrait à l'âge du Prophète : soixante-deux ans.

Quand ma mère a appris qu'elle était enceinte (de moi), elle s'est empressée de boire du vinaigre pour provoquer une fausse couche. Je me suis apparemment accrochée jusqu'au bout. Le jour de ma naissance à la clinique, je n'ai pas crié, je n'arrivais pas à respirer, on a cru que j'étais morte. Puis, après quelques tapes sur les fesses, tout est rentré dans l'ordre.

Le massage de naissance.

J’ai décidé de faire ce rituel, le plus rapidement possible. Trois semaines après, j’avais rendez-vous avec deux élèves d’Alejandro, une femme et un homme.

Le massage de naissance est un rituel qui permet, sous la forme d’un jeu de rôle, de rejouer notre conception, notre naissance sur Terre : du désir, au rapport sexuel jusqu’à la gestation, la naissance, même le bain du bébé. Tout cela réalisé avec beaucoup d’amour de la part de mes “parents symboliques”. Cette expérience a duré cinq heures. Il a fait exceptionnellement beau ce jour-là… J’ai eu l’impression d’être portée du début du rituel jusqu’à la fin. Tout cela avec beaucoup de respect, de pudeur. Ce travail permet d’activer la part d’énergie “masculin” et “féminin” pour que se réalise en soi un individu à part entière : complet et créatif. À la fin de ce rituel, je suis repartie avec de nouveaux vêtements (nécessaires pour ce travail).

Résultats : Je respirais mieux, dix mille fois mieux. En sortant symboliquement de ce ventre virtuel, j’ai redécouvert le monde, un monde merveilleux dans lequel j’ai aujourd’hui ma place.

Ce travail a été un vrai déclic, j’ai changé, tout le monde a changé de manière extraordinaire : les hommes me remarquent (alors qu’avant non), dans mon entourage, je suis respectée (alors qu’avant c’était pas du tout ça), l’énergie de créer est là, je me lève le matin en ayant l’envie de vivre et d’accomplir des choses. Sexuellement avec mon partenaire, c’est génial et régulier (alors qu’avant c’était une fois tous les cinq mois). J’ai des projets…

Ce n’est que le début, je sais que le meilleur reste à venir. Je vous livre mon témoignage. Ayez confiance, continuez à travailler et à vivre. Il n’y a pas de hasard.

La vie est belle.

Merci,

Anne

Lettre 14

Cher Magicien Bienfaiteur,

Venue vous rencontrer au *Téméraire*, je vous demandais quels pas faire, quelles cellules à dénouer pour m'incarner dans cette vie et avec l'humanité.

L'acte psychomagique de m'habiller en petite fille et d'aller avec un homme plus grand que moi à Disneyland, un papa, fut déterminant. La vie a opéré comme par magie, car sans rien demander, un jour de repos m'a été accordé, ainsi je restais à Paris sans crainte au lieu de redescendre à Marseille.

Cet acte est déclencheur du passage de la petite fille à la femme. Cela m'a donné une confiance énorme et m'aide à ne plus avoir peur, à m'affranchir de la peur de l'homme. Enfin, je réalise que nous pouvons créer notre réalité. Je me sens libérée et ne sais comment vous dire merci.

La nuit qui a précédé, j'ai rêvé à voix haute en disant : *"Todo es posible !"* J'ai pu à la suite de cet acte clarifier du mieux que j'ai pu une situation sentimentale ambiguë. Le travail est quotidien mais tout est en route. Merci !

Virginie

Lettre 15

Monsieur,

Les deux hommes que j'ai aimés m'ont quittée pour construire avec une autre femme ailleurs. Pour l'un, un enfant, pour l'autre, l'achat commun d'une maison tout en me disant qu'ils avaient de l'amour pour moi et en me proposant une relation parallèle où je resterais dans l'ombre.

Ma question était : "Qu'ai-je à comprendre de ces situations qui se répètent ?" Vous m'avez posé des questions sur mon enfance. Je vous ai alors dit que j'avais passé mes premières années chez mes grands-parents et que j'avais été témoin de leur relation conflictuelle et de la violence de mon grand-père envers ma grand-mère.

Je me suis rendue le 17 octobre 2008 au cimetière où est enterré mon grand-père pour accomplir la "prescription" avec la peur d'être vue ou entendue, mais j'avais la certitude que le cimetière serait désert et que j'appellerais ma sœur en sortant.

J'ai donc pris le RER avec une bouteille d'eau et un martinet que j'avais emprunté à ma cousine (petite fille également !). Tout au long du chemin, j'ai bu de l'eau. Je suis arrivée devant l'église qui est entourée de part et d'autre du cimetière. Je suis rentrée par la porte du cimetière situé à gauche de l'église pour m'assurer que le cimetière était désert. J'ai longé puis contourné l'église pour me retrouver devant la tombe de mon grand-père.

J'ai enlevé les pots de fleurs et je suis montée sur la pierre tombale et là j'ai uriné. J'en suis redescendue. J'ai sorti le martinet. J'ai tapé, tapé de toutes mes forces. J'avais l'impression que le bruit des coups résonnait dans tout le cimetière. J'ai oublié où j'étais. Je lui ai dit ma colère, contre lui et ses comportements qui avaient conditionné nombre de mes comportements

d’enfant, d’adolescente et de femme et dont le retentissement avait pesé sur mes relations affectives. Les larmes sont venues.

C’était la première fois où je m’en prenais à lui directement, la première fois où je lui disais ma colère, où je l’accusais.

J’ai remis les pots de fleurs en place et me suis avancée lentement vers la porte située à droite de l’église pour en sortir comme un automate.

L’église était ouverte. J’ai allumé une bougie à Marie et me suis assise dans ce lieu où j’avais été baptisée.

Je suis sortie de l’église sans honte ni culpabilité avec la satisfaction d’avoir pu faire ce que j’aurais en d’autres temps considéré comme sacrilège. Je me suis sentie avoir ce droit. Je me suis assise sur un petit muret baigné par un soleil chaud face à la porte du cimetière. J’ai fermé les yeux et j’ai entendu l’eau vive de la fontaine. Ce ruissellement incessant apaisant, cette eau est l’espoir d’une vitalité (re)trouvée en moi.

Je ne sais combien de temps je suis restée assise comme ça, des visiteurs sont arrivés, d’autres sont repartis.

J’ai pris mon téléphone. J’ai laissé un message à ma sœur en lui disant que j’étais devant le cimetière et que je m’étais mise en colère contre pépé. J’ai repris le chemin du retour d’un pas très lent comme dans un état second. À l’écoute du message, quelques heures plus tard, ma sœur m’interroge : “Qu’est-ce qui se passe ? Tu avais une voix « d’outre-tombe » !” Je lui raconte.

Elle est contente pour moi. Moi aussi. Je l’ai fait.

Bien à vous,

Yvette

Lettre 16

Symptôme : perte de vision de l'œil gauche.

Acte psychomagique : rendre sa gifle à mon père.

Comme j'étais déjà en Argentine, je suis allé voir mon père et, après avoir rassemblé tout mon courage, je lui ai demandé pardon pour ce que j'allais faire et je l'ai giflé ; le geste a été plus fort que ma volonté, comme si mon inconscient avait accumulé de la force durant toutes ces années de répression.

Sa réaction a été complètement inespérée. Il m'a pris dans les bras en disant "Tu m'avais beaucoup manqué", puis il y a eu un silence pour tous les deux serein. Il est allé chercher une bouteille de vin qu'il m'a invité à boire avec lui. Nous avons parlé longtemps, comme jamais auparavant ; j'ai pu exprimer les sentiments que j'avais éprouvés enfant et me défaire des ressentiments que j'avais à son égard ; je me suis rendu compte que si nos parents projettent sur nous une image qui ne nous correspond pas et qui nous emprisonne, nous faisons la même chose avec eux, puis nous éprouvons de la rancœur. Cet acte a profondément changé l'image que j'avais de mon père.

Le lendemain, il m'a offert 700 dollars, et pour la première fois de ma vie il m'a dit : "Tu peux compter sur moi, pour quoi que ce soit." Merci pour cette leçon qui commence à faire effet dans ma vie, transformant ce qui, jusqu'à aujourd'hui, était ma réalité ; par exemple, depuis que je suis rentré d'Argentine, on ne cesse de m'appeler pour me proposer du travail en lien avec mon projet musical.

Merci encore…

Yan

Lettre 17

Cher Alejandro,

Je t'écris ainsi, comme j'écrirais à un vieil et cher ami, parce que c'est ce que tu as toujours été pour moi, un ami et un maître.

Je suis en train de terminer la lecture de ton livre *Psychomagie*. Dans la dernière partie, tu dis qu'une personne qui suit une thérapie psychomagique avec toi doit t'écrire une lettre racontant son expérience, et c'est ce que je fais ici.

Il y a onze ans, quand tu as présenté au Mexique ton livre *Un évangile pour guérir*, j'étais rédacteur en chef d'une émission radio culturelle. Je me souviens t'avoir interviewé à ton hôtel. Je n'avais lu aucun de tes livres et n'avais vu que *Santa Sangre*, qui m'avait déconcerté. À la fin de l'entretien, je t'ai dit que je ressentais une sorte de "blocage de l'écrivain", car cela faisait un moment que je n'écrivais ni ne dessinais.

Comme si tu regardais à travers moi, tu m'as demandé si mon père était encore en vie.

— Il est mort en 1992, ai-je répondu.

— Tu dois faire un portrait de ton père, lui écrire une lettre, puis brûler les deux à l'endroit où il est enterré.

— Nous avons dispersé ses cendres dans la ville de La Antigua, dans l'État de Veracruz…

Tes mots sont restés gravés dans mon esprit et dans mon cœur. Ma relation avec mon père a toujours été très importante à mes yeux.

Dix ans ont passé depuis le jour où tu m'as donné cette tâche et je l'ai enfin accomplie.

En 2007, ma mère a eu quatre-vingts ans et quinze années s'étaient écoulées depuis la mort de mon père. Nous avons décidé de fêter l'une et de

rendre hommage à l'autre en faisant un voyage en famille à La Antigua.

Je savais que, en plus de tout cela, j'avais une tâche à accomplir, un rendez-vous inévitable avec moi-même.

Même si les circonstances étaient radicalement différentes de celles de 1997, j'ai accompli ce que tu avais dicté : j'ai dessiné mon père (m'inspirant de l'une des dernières photos que j'avais prises de lui, alors qu'il était déjà très malade, justement pendant un voyage à La Antigua, en train de regarder le cours d'eau qui, peu de temps après, emporterait ses cendres). Je lui ai aussi écrit la lettre, dans laquelle je lui disais, entre autres, que le faire descendre de son piédestal avait été pour moi très difficile, mais nécessaire. Je lui disais aussi : "Je suis Je, je ne veux pas vivre la même chose que toi, parce que je vis ma propre vie, qui me réclame. Je te brûle dans cette rivière pour remplir une mission dont on m'a chargé il y a longtemps, mais je brûle aussi les ressentiments, les questions sans réponses, l'histoire qui se répète…" J'ai beaucoup pleuré en l'écrivant, car c'était avant tout une lettre d'amour, d'adieu, et une lettre pleine d'espoir.

Je suis allé à La Antigua avec ma mère, mes frères, mon fils, mes neveux et nièces ; au même restaurant où, dix ans auparavant, nous nous étions donné rendez-vous pour la dispersion des cendres. Je me suis détaché du groupe, j'ai cherché sur la rive un espace solitaire, j'ai lu la lettre pour moi et mon père, et j'ai brûlé le dessin.

J'ai rejoint ma famille et mon fils. Durant tout le voyage, tout le monde me disait : "Tu ressembles tant à ton père… C'est toi qui lui ressembles le plus…" Pendant que moi, je me disais (et je me dis toujours) : *Je suis Je… Je suis Je.*

Merci, maître Alejandro. Avec dix ans de retard, je règle la dette que j'avais contractée auprès de toi,

Alejandro M.

Lettre 18

J'ai longtemps attendu mon père et jusqu'à peu l'enfant en moi l'attendait toujours. J'ai commencé à cultiver cette obsession dans ma moyenne enfance quand ses absences étaient de plus en plus longues et arbitraires, mais je pense que le geste originel a eu lieu juste après ma naissance. Après un accouchement éprouvant, ma mère désirait plus que tout rentrer chez elle. À l'heure convenue du départ, elle était dans le hall de l'hôpital, surchargée de toutes ses affaires, des divers cadeaux et surtout d'un gros bébé. L'absence inattendue de son homme, qui devait passer la prendre, transforma son inquiétude habituelle en une angoisse plus insidieuse : *a-t-il eu un accident ? S'est-il enfui ? M'a-t-il oubliée ?* L'arrivée inopinée de mon père, avec plusieurs heures de retard, calma ses tourments, mais les diverses excuses et explications ne pouvaient lutter contre l'intuition de ma mère qui sut plus tard qu'il avait passé la journée chez une de ses maîtresses.

Je pense avoir été très proche de mon père lors de ma petite enfance. C'était un artiste plein de fantaisie, d'histoires, de chansons, bien connecté avec l'imaginaire d'un enfant. Cependant, tourmenté par un passé trouble, il était fondamentalement impuissant à assumer une vie de famille relativement équilibrée et consciente. La violence de la force centrifuge qui venait de ses profondeurs le poussait de plus en plus vers d'incessantes rencontres, dans une fuite constante de tout ce qui aurait pu lui donner une sensation d'enfermement. L'amour profond qui unissait mes parents rendit la séparation longue et douloureuse jusqu'à ce que ma mère se détache progressivement, lassée par les excès des éternels départs et retours et des promesses non tenues.

C’est à cette époque que j’ai commencé à attendre. J’étais bien préparé car, d’une part, j’aimais beaucoup mon père et, d’autre part, j’étais complètement imprégné, jusqu’à la faire mienne, de l’angoisse de ma mère. Au début mon père surgissait souvent à l’improviste, toujours avec un cadeau ou, revenant de voyage, avec quelque chose de beau et d’amusant. Parfois il annonçait sa présence, donnait un jour, un soir, une heure et ne venait pas, mais le plus difficile était, s’il venait, ses incroyables retards. Je vivais alors toutes sortes d’états ; passant de l’excitation et la fierté à l’inquiétude puis, un peu plus tard, à la résignation, à la déception et à l’indifférence toujours mêlée d’une sourde angoisse (angoisse morbide qui me fit dire à ma mère à l’âge de sept ans pendant une absence plus longue que d’habitude : “mais peut-être qu’il est mort et que personne ne le sait !”). Quand il arrivait enfin, j’avais, comme on dit, cuit dans mon propre jus. Mon corps émotionnel épuisé après sa surchauffe faisait l’expérience des prémices de la dépression. Je n’étais plus capable de faire face à l’énergie de mon père et si j’étais quand même heureux de le voir, j’étais comme vidé, impuissant à exprimer mes sentiments.

Bien sûr nous étions aussi capables de trouver une complicité et, au début de l’adolescence, il était souvent curieux de l’originalité de mes goûts musicaux ou poétiques, m’encourageant ainsi dans mon désir d’une quête artistique. Mais le mal était fait et je ne pouvais pas me départir d’une angoisse sous-jacente tenant à l’incertitude de la rencontre.

En racontant cette histoire à Alejandro, il y décela une autre dimension comme juxtaposée à celle de l’enfance, une dimension féminine, quasi amoureuse : celle de la femme toujours inquiète et toujours déçue, espérant les apparitions de son amant lunatique et indifférent, se préparant inconsciemment au futur abandon. M’étant, par la force des choses et de par ma nature, identifié au côté féminin de ma famille, je sentais que cette analyse correspondait à mes sentiments profonds.

Après un moment de réflexion, Alejandro me proposa un acte psychomagique.

“Freud s’est trompé, me dit-il, tu n’as pas besoin de tuer le père (à quoi servirait un père mort !) mais par contre tu peux l’absorber, le faire tien, le faire vivre en toi. Symboliquement, juste une fois, deviens ton père, sois lui et puisque comme lui tu es un musicien et un homme de scène, un homme public, sois lui devant les autres, dans un théâtre. L’ayant amené à toi, incorporé, tu n’auras plus à vivre dans le fantasme de l’attente et tu ne seras plus le petit garçon devant un être inatteignable, indépassable. Tu te déguises en lui et tu chantes une de ses chansons en disant au public : je suis lui !”

Ma première réaction fut le rejet, comme si je n’avais pas le droit de toucher à quelque chose de sacré ! Mais plus je laissais vivre cette idée en moi, plus elle m’apparaissait à la fois vivifiante et libératrice.

Quand vint le jour choisi, j’appliquai à la lettre les instructions d’Alejandro. Avant la fin du concert, au premier rappel, j’entrai seul sur la scène, j’allai chercher un sac de voyage que j’avais caché derrière un ampli et je le jetai sur le piano. Il y eut un grand bruit puis un silence et je dis au public : “Il y a quelqu’un caché dans ce sac.” Puis j’expliquai : “La vie est si proche du rêve, demain on se souviendra de cette soirée comme ce matin on s’est souvenu de nos rêves ; or dans un rêve on est libre, on peut faire ce que l’on veut, ce dont on a besoin, sans limites.”

Sur un mode comico-psycho-métaphysique, je racontai ma relation avec mon père, les errances, les attentes mais aussi l’amour. Tout en parlant je me déshabillai et je finis nu sous le regard ébahi des gens. “Voilà je suis nu devant vous, comme un jour de ma naissance !” (Curieusement, je me sentis très libre et confiant.) Je commençai alors à déballer les affaires du sac : les vêtements de mon père que j’avais dérobés chez lui. Voilà la grande salopette, la ceinture cloutée, la veste en velours brodé et les vieilles sandales. C’était comme un portrait assez intime et tout le monde rit y

compris moi. “Voilà, c’est un acte de psychomagie et je prends l’identité de mon père.” Mais quand je commençais à chanter une de ses chansons, le silence s’imposa, plus de rires, plus de bruits, comme une sorte de respect devant l’étrangeté de la situation. Je chantais très concentré, toujours avec cette sensation de contourner et de dépasser quelque chose que je m’étais interdit, restant dans le désir du petit garçon.

La chanson finie, je me redéshabillai et je remerciai les gens d’avoir participé à ce rêve. Puis je leur lançai les habits comme si je leur rendais la part publique de notre histoire (la célébrité ayant amplifié assez démesurément les déséquilibres de notre relation). J’étais nu à nouveau et j’appelai mes amis musiciens à venir me rejoindre. Cette fois j’étais entièrement moi, je ressentis une joie intérieure profonde et mes amis jubilèrent aussi car ils sentirent qu’une énergie de liberté nous traversait.

Alejandro m’avait dit que l’acte serait vraiment fini quand j’en aurais écrit le compte rendu. Curieusement, j’ai attendu plusieurs mois avant de le faire, comme si une partie ancienne de moi refusait de partir, craignant de détruire la relation illusoire (mais relation quand même) basée sur cette attente impossible.

Aujourd’hui, je n’attends plus mon père, je n’ai plus besoin d’exister à ses yeux pour exister tout court, je n’ai pas besoin qu’il m’entende pour pouvoir m’exprimer. Je sens qu’il y a toujours une certaine charge de colère dans mon ventre, mais au lieu de l’enterrer et de la tourner contre moi-même, je peux maintenant la sentir, l’exprimer et même la transformer pour la rendre fertile, créatrice, qu’elle m’éveille à l’énergie de la vie et qu’elle me pousse vers le monde et vers les autres.

J’ai aussi décidé de pardonner à mes parents, de me libérer et de les libérer de la charge négative du passé et de choisir de ne voir en eux que la vie et tout l’amour qu’ils m’ont transmis.

Arthur H.

Lettre 19

Maestro,

Merci encore pour votre acte délicieux et tellement poétique que j'ai appliqué à la lettre et qui a été très efficace à plein de niveaux.

Je suis venue avec la question suivante : bien que je sois une artiste pleine de créativité, je ne rencontre pas le succès et les gains que mon art mérite.

Vous m'avez donné l'acte suivant : mettre quatre pièces d'or dans mon anus, me retenir pendant deux jours puis libérer le tout en récupérant les pièces ainsi que les excréments, les enterrer sous une plante luxuriante dont je m'occuperai avec soin.

Il se trouve "comme par hasard" que le lendemain j'avais rendez-vous pour une hydrothérapie du côlon, j'ai donc mis les pièces dans un côlon tout propre. Je me suis sentie vraiment comme "une fille en or", c'était super, aucun problème pour me retenir deux jours, car c'est le temps qu'il faut à la nourriture pour refaire tout le parcours. Mon appréhension était plutôt de savoir si cela allait pouvoir sortir. Deux jours ont passé, ce soir-là, c'était la pleine lune, dans l'après-midi je suis allée acheter des fleurs et le fleuriste m'a offert quatre brins de blé (pas mal), merci monsieur, puis le lendemain après-midi j'ai pu terminer l'acte.

Une semaine après, je partais en voyage en Colombie et au Costa Rica. J'ai toujours eu des problèmes de constipation lors de mes voyages. Cela a totalement disparu. Aujourd'hui je dépose un dossier dans une grande galerie de Bruxelles, mon souhait est qu'ils reconnaissent mon travail et le mettent en lumière. J'espère que mon prochain courrier pour vous sera une invitation pour un vernissage.

Merci maestro, *pura vida*.

Amania

Lettre 20

Je suis venue te voir pour un tirage concernant mon couple en crise. Nous ne savions pas quoi faire, malgré notre travail, nos théories, rien ne marchait et nous étions malheureux, prêts à nous quitter. Tu m'as d'abord demandé si j'étais satisfaite de la sexualité dans mon couple. Et là tu avais bien mis le doigt sur le problème qui durait depuis la naissance de notre fille qui a maintenant quatre ans. J'avais malgré tout du mal à l'accepter. Tu m'as aussi dit que le problème était dû au fait que mon mari me prenait pour sa mère, que le problème venait de lui et pour que cela change il fallait que je me transforme pour qu'il me voie avec des yeux nouveaux comme sa femme. Tu m'as donc donné un acte de psychomagie : qu'il aille voler un habit de sa mère, que je m'habille avec, que nous fassions l'amour ainsi et que je dorme la nuit entière avec.

Lorsque tu m'as annoncé cet acte, cela a été un choc terrible, il ne pouvait rien arriver de pire et il me fallait un sacré courage. Ça a toujours été une contrainte pour moi (et pour mon mari aussi) d'aller chez sa mère. Elle n'a pas toute sa tête et quelque chose en elle me repousse. Aussi, bonjour la panoplie que tu me proposais d'enfiler !!! Elle fait trois fois mon volume et nous ne sommes pas vraiment de la même époque… Je ne pouvais trouver mieux pour me déguiser.

Quand j'en ai parlé à mon mari, il était bouleversé et choqué. On en a longuement discuté, le travail commençait déjà, nous étions très proches entre le rire et les larmes. C'était très difficile pour lui car il était dans la fuite avec sa mère et la voir représentait pour lui une grosse contrainte alors "aller lui voler des culottes"… Il était au pied du mur et il en a conclu qu'il fallait le faire le plus vite possible.

Trois jours plus tard : mission accomplie !

Pendant son absence, j'étais dans un état second. Je me demandais si j'allais être capable d'enfiler ce costume, j'appréhendais l'acte, j'avais à la fois envie de fuir et que ça se fasse le plus vite possible pour en être débarrassée.

Le soir venu, nous savions qu'il fallait le faire ce soir-là, car plus vite ce serait fait, mieux ce serait… J'ai donc enfilé le fameux costume, j'étais très mal à l'aise de me montrer dans cette tenue… Je me suis vite carapatée sous les draps, et là, nous sommes partis dans un fou rire, contagieux, démystificateur. Nous avons fait l'amour avec beaucoup de plaisir, avec beaucoup d'amour et avec pour moi cette étrange sensation d'être dans la peau de sa mère et de le voir faire l'amour avec sa mère. Nous l'avons fait tellement facilement que l'attente et l'idée de le faire avaient finalement été bien plus terribles que l'acte en lui-même. Le plus dur, et je ne m'y attendais pas, fut de passer la nuit dans ce costume. Après avoir fait l'amour et m'être sentie aussi bien, l'idée de dormir dans ce costume m'était insupportable. Je n'avais qu'une envie, c'était de l'arracher et de me blottir dans les bras de mon mari, retrouver mon identité. Lui était bien mais pour moi l'acte n'était pas terminé… Je me suis mise à pleurer, il me regardait avec tellement de compassion, avec des yeux que je ne lui avais pas vus depuis longtemps. J'ai pleuré de soulagement, je me sentais comme une petite fille déguisée, et lui m'aimait tellement.

Tu sais, cette image est très forte, c'était comme dans un rêve. Le lendemain matin, je me suis levée seule et suis directement allée dans la salle de bains. Et là, j'ai réalisé le bonheur d'ôter ce costume symbolisant sa mère, pour redevenir une femme. J'étais heureuse d'être nue, d'avoir un corps jeune, je me suis sentie belle.

En quittant ce costume, je quittais ce rôle de mère car s'il me voyait comme telle, j'avais moi aussi une attitude maternelle envers lui.

Alejandro, je te remercie du fond du cœur. Comme tu me l'avais dit, nous nous caressons comme un couple "normal" matin et soir et si son

regard sur moi est différent, le mien l'est certainement davantage sur lui. Cet acte nous a beaucoup rapprochés… et l'a aussi beaucoup rapproché de sa mère.

Encore merci.

Berthe

Lettre 21

Bonjour, Alejandro

Je t'écris cette lettre pour te raconter comment je vais depuis notre rencontre, il y a plus ou moins un an.

Je souffrais depuis mes vingt-cinq ans d'une douleur à l'estomac. Ces derniers mois, les douleurs s'étaient accentuées. J'avais de légères nausées, mal à l'estomac, et une sensation d'angoisse m'envahissait le corps. J'allais très mal, la situation était chaotique, je ne comprenais rien et j'avais des idées suicidaires.

J'avais lu durant l'hiver ton livre sur la psychomagie, et grâce à un ami, j'ai appris où se trouvait le café où tu recevais des gens.

J'y suis allé un mercredi de septembre.

Quand est arrivé le moment et que je me suis assis face à toi, j'ai choisi trois cartes. À dire la vérité, à ce moment-là, j'étais en pleine crise d'angoisse, et je ne me souviens même pas des cartes que j'ai tirées.

Tu m'as demandé comment j'étais né, et je t'ai répondu : par césarienne. Tu m'as demandé si j'avais des frères et sœurs et comment eux étaient nés, et je t'ai dit que j'en avais quatre et que j'étais le cadet ; ils sont aussi nés par césarienne…

Tu m'as posé des questions sur mon père et je t'ai expliqué qu'il était mort d'un cancer (mes douleurs ont commencé alors qu'il était malade, c'est quelque chose que j'ai vérifié avant de venir à Paris) ; tu m'as aussi demandé si nous avions de bons rapports et je t'ai dit "ben…". Tu t'es exclamé : "Ou bons, ou mauvais ! *Ben*, dans ce cas-là, ne veut rien dire. Comment était la vie sexuelle de tes parents ?" Je t'ai dit que je n'avais jamais pensé à cela. "Penses-y maintenant, alors", as-tu répliqué.

Tu m'as pris les mains et tu m'as dit que mon père s'était comporté en barbare avec ma mère, que sa mort avait été un châtiment à la mesure de son comportement. "Veux-tu guérir ?" J'ai répondu "oui".

Je devais accomplir l'acte psychomagique suivant en vue de ma guérison : acheter une boule de pétanque, la peindre en noir, m'habiller en femme, m'attacher la boule de pétanque sur l'estomac à l'aide d'un bandage, et rester enfermé chez moi trois jours, seul. À l'issue du troisième jour, un ami devait venir me voir en prétendant être médecin et, au rouge à lèvres, marquer sur mon corps les traces d'une césarienne. Il devait ensuite couper les bandages au ciseau et dégager la boule, tandis que j'essaierais de la maintenir à sa place, comme si elle ne voulait pas sortir. Une fois l'acte accompli, je devais enterrer les vêtements de femme, les bandages et la boule et planter un arbre dessus.

Le lendemain de notre rencontre, j'ai passé la journée à pleurer chez moi, sans pouvoir m'en empêcher. Après la fin de semaine, j'ai travaillé deux jours puis j'ai pris trois jours de congé pour accomplir l'acte.

J'ai profité de ces deux jours pour obtenir la boule de pétanque, que j'ai eu du mal à trouver mais que j'ai fini par acheter dans un magasin de mon village. J'ai aussi acheté le rouge à lèvres et des bandages.

J'ai peint en noir la boule, qui pesait lourd.

Les vêtements de femme m'ont été donnés par ma petite amie. Ils avaient été achetés de seconde main et étaient trop grands pour elle ; ils lui donnaient l'air d'être enceinte et m'allaient parfaitement.

Je t'ai demandé à Paris si, étant donné que je vivais avec ma petite amie, elle devait partir pour que je reste isolé. Tu m'as répondu que si elle ne se moquait pas de moi et qu'elle respectait l'acte, elle pouvait rester. Nous vivons à la campagne, dans un hameau, dans une maison qui comporte un étage. Nous avons décidé de ne pas nous voir le temps que durerait l'acte. Quand elle rentrerait du travail, je serais à l'étage et nous ne nous croiserions pas jusqu'à la fin.

Pendant le week-end, j'ai contacté un ami, je lui ai expliqué la situation et il m'a dit très naturellement qu'il viendrait vendredi après-midi pour terminer l'acte ; il a ajouté que la seule opération à laquelle il avait assisté dans sa vie était une césarienne. Serait-ce là "la danse de la réalité" ?

Le mardi, je suis nerveux, je me rase, il est 19 h 45, je prends ma douche et je m'habille en femme. Je m'attache la boule au niveau du ventre avec les bandages. Après le dîner, je monte à l'étage.

Je me réveille plusieurs fois pendant la nuit. La boule me dérange, je dors sur le côté.

Au petit matin, j'ai froid aux jambes, je n'ai pas l'habitude des robes. J'enfile des chaussettes de sport achetées en solde et je me rends compte que c'est un modèle pour femme, je ne m'en étais pas aperçu au moment de l'achat. Je sens des battements dans mon ventre, comme si la boule était vivante. Cette sensation a duré les trois jours. Le lendemain, il fait extrêmement beau, j'ai du mal à rester enfermé, je dors pendant la matinée et l'après-midi durant ces trois jours. J'entends ma petite amie à son retour du travail, en fin d'après-midi.

Pendant ces quelques jours, je regarde des photos de famille, de mes frères et sœurs, quand nous étions enfants.

Parfois, je pleure. Je pense à ma mère.

J'ai deux chiens et ils ne comprennent rien, toutes ces journées passées dans la maison.

Le vendredi après-midi, je suis angoissé. À 19 h 55 arrive le "médecin". J'ai laissé la porte ouverte, il monte à la chambre où je l'attends. Il enfile une blouse blanche et des gants. Je suis étendu sur le lit, jambes écartées, il trace une ligne avec le rouge à lèvres et se met à couper les bandages, je résiste, il extrait la boule. Je pleure. Je me déshabille, j'empaquette ces vêtements, je me rhabille. À l'aide d'une houe, j'enterre la robe et la boule dans un pré voisin et je plante l'arbre. Je retourne à la maison et nous nous tenons la main, mon ami et moi.

Je suis jardinier, et la fin de l'acte m'a donc paru merveilleuse.

J'avais un chêne vert de l'Himalaya qui me plaisait beaucoup. Je n'avais pas trouvé où le planter, mais je savais qu'il servirait pour une occasion spéciale. Je me suis dit que je l'utiliserais pour l'acte.

Alors que j'avais choisi cet arbre pour l'acte psychomagique, au moment de le planter, je ne sais pas pourquoi, c'est un érable que j'ai planté avec les vêtements, dans un coin différent de celui que j'avais choisi. Quelques jours après l'acte, je ne me sens pas bien, je sais que quelque chose n'a pas marché. Je réfléchis et je me rends compte que je n'ai pas fait ce que j'avais décidé de faire à l'origine. Le lundi, je reprends la houe, je déterre l'érable, la boule et les vêtements et je les enfouis là où j'avais prévu de le faire au début. Je plante le chêne. L'acte est enfin réalisé.

Le jeudi, je rêve que je suis à l'intérieur de ma mère et une personne en blanc essaie de m'en faire sortir. Je résiste, je donne des coups de pied, ce qui finit par réveiller ma petite amie et moi aussi. Nous nous rendormons. Le matin, elle ne se souvient de rien, mais moi, de ce rêve, je m'en souviens parfaitement.

Suis-je né de nouveau ?

Je suis physiquement très abattu et j'ai du mal à retrouver mon énergie. La récupération a été lente.

Il est indubitable que j'ai changé, je suis quelqu'un d'autre, j'ai d'autres idées, je n'aime plus sortir le soir, je prends soin de moi, j'ai modifié mon alimentation. Ma petite amie et moi avons même pensé à devenir parents, c'est quelque chose que nous n'envisagions pas auparavant.

J'ai appris à me nourrir et à me soigner, chose que je ne faisais pas jusque-là. Je n'ai plus ce nœud à l'estomac qui me bloquait, qui pesait, qui me pourchassait et qui ne m'autorisait pas à être moi-même.

Merci, Alejandro, pour ton aide. Avec toute mon affection,

Charles

Lettre 22

Je suis venu accompagner une amie qui voulait absolument se faire tirer les tarots par vous. Au moment de la distribution des numéros, j'étais aux toilettes et à mon retour un numéro était là face à moi, je l'ai accepté avec une angoisse parce que je n'avais pas de question. Subitement l'illumination ! "Pourquoi j'ai une douleur au cœur ?"

Après avoir regardé les trois cartes, vous m'avez dit "Tu n'as pas réglé ton problème avec ta mère" et vous m'avez prescrit un acte : "Avec une brosse et du miel d'acacia, tu mets du miel sur son tombeau et tu établis la relation de pardon. Tu prends un papier et tu marques le mot DOULEUR avec ton sang en te piquant le doigt et tu colles ce papier sur la tombe avec le miel."

Depuis la mort de ma mère, je n'étais pas allé sur sa tombe. J'ai pris mon courage à deux mains et je suis parti à Briançon. Mes grands-parents m'y attendaient. Deux jours plus tard, je leur ai proposé de les accompagner sur le tombeau de ma mère. Ma grand-mère surprise, émue, les larmes au bord des yeux, accepta. Mon grand-père presque aveugle est parti cueillir un énorme bouquet de fleurs ; "Tiens, c'est pour ta maman !" et il s'est mis à pleurer. Je l'ai pris dans mes bras et j'ai pleuré avec lui, ma grand-mère aussi. C'est un moment inoubliable pour nous.

Deux jours plus tard, j'y suis retourné seul avec mon pot de miel, mon pinceau, mon papier et une aiguille. Je me suis mis à genoux devant elle, j'ai mis du miel en éprouvant instinctivement un lien de paix avec elle. Je me suis piqué l'index droit et j'ai eu très mal mais j'ai réalisé en même temps que la douleur que j'avais dans mon cœur s'était retrouvée au bout de mon doigt. Le sang s'est mis à couler, j'ai écrit DOULEUR et, bizarrement, à la fin du mot, le sang s'est arrêté de couler. J'ai mis le papier sur le miel et

j’ai vu ma douleur en dehors de moi. La paix et le bien-être m’ont envahi, j’ai souri et je me suis mis à nettoyer sa tombe, assis sur elle à la caresser, à lui parler. Quand je suis reparti, j’avais enfin retrouvé ma joie de vivre qui fait toujours partie de moi depuis. Je n’ai plus cette douleur au cœur. Je suis bien avec ma mère.

Merci beaucoup.

Robert

Lettre 23

Alejandro,

Je suis venue vous voir au *Téméraire*, il y a trois mois, pour régler la question qui bloque le plus ma vie en ce moment, et depuis longtemps : aller au bout des choses, mener mes projets et mes relations au bout, être dans la construction…

J'ai été choisie pour vous rencontrer. Tout le temps de la consultation, qui fut courte, vous m'avez tenu la main, pour que je comprenne bien ce que vous me disiez. Je me suis sentie entendue. Nous avons parlé de mes frères, des enfants que mes parents ont eus. De la perfection qui pour moi veut dire la mort, arriver au bout d'un projet c'est mourir… Le petit frère qui est né après moi est mort à la naissance. Il s'appelait Olivier. Il est devenu celui qui est l'enfant parfait. Et cette perfection m'est interdite, car je vis. Vous m'avez donné un acte compliqué à faire, qui demandait une certaine préparation : je dois acheter un oiseau, une colombe exactement, car mon frère s'appelait Olivier. Je dois écrire son nom et le coller à une de ses pattes. Puis, je vais tout en haut de l'Arc de Triomphe. Là, je dois lâcher l'oiseau. Après, là-haut, me changer entièrement, avec de nouveaux vêtements, une nouvelle coiffure, redescendre toute neuve et prendre un verre avec un ami qui constaterait que j'ai changé.

Mais auparavant, je devais enterrer un oiseau mort que j'avais croisé dans un jardin près de chez moi. Je devais l'enterrer en y ajoutant aussi le nom de mon frère, et lui faire une prière.

Voilà comment s'est passé l'acte :

J'ai acheté de nouveaux vêtements. Puis je suis allée chez le coiffeur, qui me coupe court les cheveux.

Un dimanche matin, je fais l'acte. Il est environ 13 heures lorsque je m'habille, le sac pour me changer est prêt. Je descends et je me rends dans les jardins de l'hôpital Saint-Louis pour enterrer l'oiseau mort qui s'y trouve. Je me sens bizarre, comme en dehors du temps et de ce qui m'entoure. J'ai l'impression de faire quelque chose de différent de la réalité. L'oiseau est toujours là, couché sur le dos, presque pas abîmé par la mort. Je recouvre son petit corps de la terre qui se trouve juste à côté de lui (comme par hasard il est entouré de terre glaise posée là). Je place le papier sur lequel est inscrit le nom de mon frère. J'ai l'impression que tout ce que je fais est essentiel, important, magique, fondamental, au sens du fondement, que ça va me changer et tout reconstruire autrement…

Puis je prends le métro et me dirige vers les quais de Seine pour acheter la colombe. Une question me taraudait l'esprit : est-ce que l'oiseau qui a grandi dans une cage va-t-il survivre à la liberté retrouvée ? Les marchands me disent que tout ira bien. Je ne suis pas convaincue mais j'achète la colombe, j'accroche le nom de mon frère inscrit sur un papier à la patte de l'oiseau et je reprends le métro. Il pleut maintenant. Ça renforce mon inquiétude pour la survie de la colombe.

L'Arc de Triomphe : une véritable aventure. J'ai l'impression d'entrer dans un mausolée. La pierre est froide, c'est plein de touristes. L'escalier est haut et étroit. Je me sens perdue en territoire inconnu. Je compte les marches, puis j'arrête de compter, il y en a trop. Ça monte, ça monte incroyablement. J'ai l'impression de monter vers ma libération comme on monte à l'échafaud. La petite mort qui donne la grande vie… Arrivée là-haut, je me perds. Il y a des sens interdits, des couloirs, toujours pas de terrasse à l'air libre. Je demande ma route à la vendeuse d'un magasin de souvenirs. "C'est à l'autre bout", me dit-elle. Encore des marches, l'oiseau remue dans son carton. Lorsque je sens cette petite vie animale remuer, je culpabilise de le sortir de sa cage confortable pour le jeter dans la grande métropole, sa vie fragile dans un monde qui n'est pas le sien, qui n'est ni la

nature ni le ciel. Je fais le tour de la terrasse pour trouver un endroit tranquille. Il y a bien quelques touristes épars, mais il pleut de plus en plus. Nous sommes presque tranquilles mon oiseau et moi. Je trouve un côté du toit qui me convient… Je tremble à l'idée de lâcher l'oiseau dans le vide. Je regarde au loin : le premier arbre que j'aperçois est au moins à deux kilomètres. Va-t-il y arriver ? Vivant ? J'attrape la boîte en carton, je prends la colombe, la vie symbolique de mon frère mort à la naissance… Je tiens pendant longtemps l'oiseau au creux de ma main ; je le sens battre, vivre, respirer, s'agiter. Toute sa vie est entre mes mains. Je l'embrasse, lui souhaite de vivre et d'avoir une longue route, de transmettre à mon frère que je l'aime, puis je le lâche dans le ciel. Il s'envole, virevolte, est totalement effrayé, puis il se tourne vers le monument et il vient se réfugier dans un des recoins sculptés. Je reste encore quelques instants, puis je repars vers la sortie, inquiète et légère… J'essaie de ressentir la transformation, mais rien n'est encore tangible. Je m'arrête au dernier étage, direction les toilettes où je vais me changer. L'endroit est beau et vaste. Il y a un grand miroir entre les deux portes des toilettes (comme un fait exprès, puisqu'il en fallait un pour observer le changement).

Changement fait, je m'assois sur le banc en face du miroir pour attacher mes chaussures neuves. Les talons sont trop hauts. La descente est vertigineuse, perchée sur ces hauts talons. Ouf, sortie. J'essaie de voir les regards des gens sur moi : rien n'a vraiment changé ! Il pleut encore beaucoup. Je me dirige vers le métro. Arrivée à la station Blanche, je tombe nez à nez avec un copain acteur, c'est dingue ! Nous bavardons de longues minutes dans la station, nous sommes trempés tous les deux. Je n'ose pas lui proposer de prendre un verre, il a l'air pressé. On s'échange nos téléphones. Il semble que j'ai changé. Je lui parle de mon émission radio. Il m'écoute attentivement. Il est un peu épaté, et veut m'envoyer de la musique. J'ai changé, il me regarde bellement !

Ça y est, l’acte est fini. Je reviendrai vous voir bientôt, peut-être enceinte.

Merci,

Nelly

Lettre 24

Pendant mon voyage en France, je t'ai demandé un acte psychomagique parce que je souffre de vitiligo, une maladie qui entraîne une dépigmentation de la peau. Quand ma mère et moi sommes allés vivre avec son petit ami et le fils de celui-ci, la cohabitation a été difficile et inconfortable, et l'angoisse née de la situation a provoqué la dépigmentation de plusieurs zones de ma peau ; j'ai commencé à devenir albinos à certains endroits.

J'ai toujours haï avec force le compagnon de ma mère, et cette haine est restée latente après leur séparation. Des années plus tard, je l'ai croisé par hasard dans la rue, et j'allais le frapper en concentrant toute ma rancœur lorsque j'ai soudain décidé d'utiliser cette énergie pour le prendre dans mes bras, ce que lui n'avait jamais fait.

Je me suis considéré guéri mentalement, mais sur mon corps les taches sont restées. Tu m'as demandé quel était le problème de cette maladie, et je t'ai répondu qu'au fil du temps, les taches présentes pouvaient croître rapidement et d'autres apparaître.

Tu m'as demandé si c'était grave, et je t'ai dit que, si la maladie triomphait, je me retrouverais complètement albinos. Tu as insisté encore en me demandant quel serait le problème, et je n'ai pas su te répondre.

L'acte que tu m'as prescrit consistait à sortir dans la rue vêtu uniquement d'un short, le corps peint en blanc. Je devais me promener, faire un tour, manger une glace ou quelque chose de semblable et, à la fin de mon parcours, ma petite amie devait me prendre en photo nu. Il faudrait ensuite que j'accroche un tirage de cette photo au mur de mon salon.

Avec un petit short de bain, aussi blanc que le reste de mon corps, je suis sorti me promener dans une rue de mon quartier. Un policier, me

voyant passer, s'est contenté de porter l'index à la tempe. À l'exception du policier, les gens ont très bien accueilli la situation : un homme saoul a crié dans ma direction et je lui ai répondu de la même façon, des ouvriers qui déjeunaient dans la rue ont célébré mon passage et moi, leur déjeuner. Puis, point fort de ma promenade, je suis allé dans la rue piétonne du tout petit centre-ville, où une foule de passants vaquant à leurs occupations ennuyeuses et de touristes allait et venait.

Je suis passé à côté d'un groupe de musiciens de *norteña* qui jouaient dans la rue. Le guitariste m'a dit : "Moi aussi, je veux être blanc."

L'homme m'a demandé si je fêtais mon enterrement de vie de garçon. Beaucoup faisaient (très mal) semblant de ne pas montrer d'étonnement. À mon retour à la maison, ma petite amie a pris la photo de moi nu. Je la ferai développer et je l'exposerai dans mon salon.

Puis j'ai pris un bain pour enlever la peinture, aidé de ma petite amie. J'ai vu la peinture disparaître et ma peau retrouver sa couleur. À ce moment-là, je ne voyais plus les taches comme des tumeurs albinos en pleine croissance, mais comme de petites îles blanches dominées par une grande masse couleur chair qui les encerclait.

L'acte m'a fait beaucoup de bien, je suis bien plus amoureux, sans avoir peur du vitiligo car ma petite amie et moi l'acceptons avec sympathie.

Sergio

Lettre 25

Cher Alejandro,

Je suis allée te voir le 15 mars. J'étais de passage à Paris. Quand je t'ai dit que je suis portugaise, tu m'as offert un exemplaire de ton livre, en portugais. J'ai adoré ton livre et je suis très heureuse d'avoir un exemplaire dédicacé. Je venais de passer chez mon éditeur pour acheter mon livre, alors pour te remercier de ton cadeau, je t'ai offert un exemplaire de mon livre, *Sexualités adolescentes*. Ma question était : "Comment avoir confiance en moi dans ma vie professionnelle ?" Tu m'as tout dit en quelques phrases. Le problème, en fait, je le connaissais déjà : ma mère est castratrice et envahissante, elle m'empêche d'être une personne à part entière. Je devais acheter une grosse corde, m'attacher moi et ma mère avec, puis lui demander de la couper.

Je devais garder une moitié et lui donner l'autre, qu'elle fasse ce qu'elle veut avec. Ensuite je devais mettre ma partie de la corde au fond d'un pot et y planter quelque chose. Je ne savais pas comment réaliser mon acte, ça me paraissait difficile parce que je n'avais pas envie d'expliquer mon geste lorsque je le ferai et il y avait le problème de la grosseur de la corde, car si elle était trop grosse, ça posait un problème pour la couper. J'ai fini par acheter une corde quelconque, en me disant que l'important était de couper, symboliquement. La corde que j'ai achetée était blanche et faisait cinq mètres. Je n'ai rien montré à personne, surtout pas mon mari, qui m'aurait pris pour une folle. Je vais en week-end chez mes parents. Je crois que c'était la période de Pâques. Je ne savais toujours pas comment m'y prendre mais je savais que je devais le faire. C'était le 17 avril. Il était tard, seule ma mère était encore debout, occupée avec les tâches ménagères. Elle attendait que la machine à laver s'arrête pour étendre le linge. Je me suis dit : *C'est le*

moment ou jamais. J'avais essayé l'après-midi de couper la corde avec un sécateur, mais avec de simples ciseaux, finalement, ça marchait mieux. J'ai passé la corde autour d'elle et de moi et je lui ai demandé de couper. Elle s'est exécutée sans rien dire. Ensuite elle m'a demandé "C'est pour quoi faire ?", et je lui ai répondu : "Eh bien, par exemple, pour sauter à la corde." Ma réponse ne faisait aucun sens puisque pour deux handicaps différents (les pieds et les yeux), elle ne peut pas, entre autres choses, sauter. Néanmoins, elle m'a simplement répondu "Je ne peux pas à cause de mon problème des pieds et aussi celui des yeux", et elle a gardé "sa partie" de la corde, sans que j'aie à le lui demander, elle l'a soigneusement enroulée et l'a mise dans la poche de sa blouse. La simplicité de l'acte m'a impressionnée. Je ne sais pas ce qu'elle a fait de sa corde. En rentrant chez moi, j'ai fait plusieurs fleuristes à la recherche d'un bulbe pour planter. J'ai marché presque toute la matinée à la recherche d'un bulbe. Finalement, j'ai trouvé un magasin qui en vendait. Proche du magasin où j'avais acheté la corde, d'ailleurs. La vendeuse était très sympathique. J'ai acheté des bulbes de "frésias". J'aime les fleurs petites et simples. À vrai dire, je ne me souvenais pas si ça devait être une plante à fleur, mais je sais qu'il fallait que je fasse pousser une plante. Je ne l'ai pas planté ce jour-là, j'ai attendu le moment de pouvoir acheter du terreau. J'avais peur que ça ne pousse pas alors j'en ai mis deux. J'ai planté deux bulbes dans un vase. Après je me suis demandé si cette réaction n'aurait pas un lien avec le fait que j'ai une sœur jumelle. Nous sommes dizygotes et complètement différentes. Mais nous avons toujours été proches, d'une manière ou d'une autre. Une des plantes a poussé en premier. Une semaine avant l'autre, qui a fini par rattraper l'autre par la suite. Elles n'ont pas fleuri, l'époque était passée, mais elles peuvent encore fleurir au printemps prochain. J'ai senti les premiers effets de mon acte cette semaine même. Ma mère a passé une semaine sans m'appeler. J'étais très contente de sentir le changement. Depuis, ma relation avec elle est beaucoup plus sereine. Aujourd'hui, c'était

mon premier jour de cours depuis le premier semestre de l'année dernière, donc depuis février. Je crois que pour la première fois je suis allée faire cours sans avoir une boule au ventre, sans être angoissée et apeurée. Nous sommes le 20 octobre 2006. Je te remercie infiniment et je t'embrasse avec amitié et gratitude.

Emmanuelle

Lettre 26

Alejandro,

Je vous envoie comme prévu le compte rendu de l'acte psychomagique que vous m'avez donné au café.

Quand je suis venu au *Téméraire*, je sentais que mon numéro ne serait pas tiré, je n'y croyais pas ou ne le voulais pas, c'est ce qui s'est passé, mais ma voisine m'a offert son numéro. Elle a senti qu'elle devait me le donner. Devant les cartes, je vous ai résumé ma situation familiale : je détestais mon père nerveux car il aboyait sur sa mère jalouse de ma mère, qui, elle, était menacée de mort par un fou dont elle s'était occupée en tant qu'assistante sociale, et depuis que j'ai quitté mes parents à dix-huit ans sur un coup de bluff, je vis sous perfusion financière et reste plus ou moins caché de la société, égocentrique et flippé, alors que je rêve d'être un acteur célèbre. Et je me débrouille pour être quitté par les nanas.

Vous m'avez dit : "Tu changeras 100 euros en pièces de 1 centime et, place des Innocents, déguisé en policier, tu donneras une poignée de centimes aux passants en leur disant « c'est une publicité pour la police, nous sommes bons dans la police ». Après tu seras plus fort que ton père qui a empêché ta relation avec ta mère, tu réaliseras ton rêve d'être acteur, et tu protégeras ta mère." Je traînais la patte pour réaliser l'acte et gambergeais. "Place des Innocents il y a plein de mecs de banlieues, des jeunes blacks, des Arabes, souvent en conflit avec l'autorité. Est-ce que ma publicité pour la police ne va pas les provoquer, les énerver… ? Et puis il y a un commissariat, on peut m'arrêter pour être déguisé ou me prendre pour un braqueur de banque ?" Bref, toutes les questions infinies du futurologue…

Je téléphone à un loueur de costumes à Paris, mais ses prix sont chers et il veut une autorisation de la préfecture. Son concurrent, par contre, des hindous dont la boutique s'appelle *Mort de rire*, enfin un nom comme ça, a un tarif raisonnable et ne demande aucune autorisation. En plus leurs costumes sont vrais car ils sont fournis par la police.

De passage à Paris, et en attendant un train à Montparnasse (j'habite Rennes), je décide de prendre de l'avance sur mon acte et change 100 euros à la BNP en face de la gare. Le guichetier me dit : "Vous êtes mon sauveur, ça fait des années que j'ai cette mitraille dans mon armoire." Je me retrouve avec vingt-quatre kilos de petites pièces dans des sacs déchirables, c'est lourd, ça menace de se percer, et je me traîne jusqu'au quai, jusqu'au dernier wagon. (Je viens de passer deux mois en Chine avec plein de bagages et j'étais toujours aussi dans le dernier wagon.) Bref… Arrivé chez moi, ça gamberge sec. Comment réussir à fourguer 10 000 pièces dont personne ne voudra car trop peu de valeur et vingt-quatre kilos… ? À la radio, la veille d'aller faire l'acte, j'entends que Bruxelles projette de supprimer les pièces de 1 centime jugées embarrassantes.

Vous m'aviez dit de mettre l'argent dans un sac doré pour en offrir des poignées, alors je retrouve une valise ramenée de mon premier voyage en Chine avec une doublure dorée. Je déballe à l'intérieur tous les rouleaux, les 10 000 pièces. La veille de l'acte, je vais avec un caddie l'après-midi à ma banque pour changer toutes ces pièces en 10 centimes, mais ils refusent, *idem* à la Banque de France, alors je reviens à ma banque et dépose les vingt-quatre kilos sur mon compte. Ils ne peuvent pas refuser. Par contre je dois à nouveau enrouler les pièces dans des rouleaux. Dans diverses banques, ensuite, je change 100 euros en pièces de 10 centimes, ce qui me paraît plus rassurant et plausible.

Le lendemain matin, un mercredi, je vais louer le costume de flic à Paris et arrive place des Innocents où m'attend Elvie (et son copain) qui m'a offert son numéro pour le tirage du tarot. Je leur donne mon sac à dos avec

mes fringues car je me suis changé à l'écart et me rapproche de la place. Les rues sont encore discrètes et j'ai envie de reculer, surtout quand je me vois dans une glace avec ma casquette. Je m'approche d'une femme, d'un groupe de Japonais, sans oser leur parler, et puis je me lance. J'ai tout débité en moins d'une heure. J'ai été vite, j'ai été voir tout le monde, et n'ai reçu aucune agressivité, surtout pas des étrangers qui étaient contents de recevoir de l'argent et trouvaient la police super cool. Certains ne voulaient rien prendre, surtout les femmes. Elvie et son copain m'attendaient en me regardant à la terrasse du café *Le Cœur couronné*. Ils ont raconté au serveur que je fêtais mon arrivée et ma mutation dans la police, et j'ai approuvé. Après l'acte, j'ai trouvé que le costume de flic m'allait bien et j'ai ressenti le désir de m'acheter une veste pour sortir de l'adolescence (même si j'ai trente-huit ans). L'après-midi, je suis allé au *Téméraire* et vous m'avez dit, sans rien savoir de cette envie, "Achète-toi un beau costume et lave-toi sept fois tout le corps, puis tu mets ce costume et tu coupes avec le passé, tu es neuf".

10 000 mercis,

Jules

Lettre 27

L'acte de psychomagie : pendant toute une nuit, je dois mettre une photo de ma mère sur un tee-shirt. Thomas, mon compagnon, doit le porter. Il doit mettre du lait concentré dans un biberon et me donner la tétée en me prenant dans ses bras, et me bercer. ("Attention, que ses bras prennent bien ta colonne, et que tu voies la photo de ta maman !")

Puis, je dois me tourner et il doit dire à mon dos "Je t'aime, je t'aime…" en m'embrassant dans les parties où j'ai mal, et tout le long de la colonne.

J'ai convenu d'une date avec mon compagnon pour l'acte psychomagique que tu m'avais prescrit : le 14 mars 2009. Nous avions rendez-vous à 22 heures dans notre chambre. J'avais acheté un tee-shirt blanc à longues manches, du lait concentré et un biberon. Je n'avais pas de photo de ma mère où elle était toute seule sauf une photo d'identité quand elle avait vingt ans. Je l'ai agrandie et l'ai collée sur le tee-shirt. Je dois dire que le résultat n'était pas mal du tout !

À 21 h 50, Thomas s'est lancé dans la confection du biberon. Puis il a mis le tee-shirt.

Nous avons eu du mal à trouver une position satisfaisante pour qu'il puisse à la fois me prendre bien toute la colonne et en même temps que je voie bien le visage de ma mère.

Nous avons alterné tout au long de la nuit différentes façons pour que chacun, surtout Thomas, puisse se détendre un peu les jambes et le dos.

En tout cas, dès les premiers regards avec ma mère, et les sensations d'être tenue dans le dos, je me suis sentie bien. C'était un sentiment simple de bien-être sans aucune pensée, comme sans doute celui du nouveau-né qui tète. Je l'ai regardée pendant des heures, avec parfois un œil ouvert, et

l'autre fermé, des clignements d'yeux pour surveiller qu'elle était toujours présente. Je me disais : *Maman est là.* Régulièrement, les bercements me donnaient le sentiment rassurant qu'elle s'occupait de moi. Je me sentais en sécurité.

Le biberon était agréable, sucré, chaud, j'avais tout ce qu'il me fallait !

J'aimais bien la sensation dans la bouche et dans mon tube digestif.

Après les deux premières heures et parce que nous avions les membres engourdis, nous avons décidé que Thomas dirait "Je t'aime, je t'aime" à mon dos, parce que la consigne n'était plus très claire pour moi : Est-ce qu'il fallait alterner ou attendre la fin de la nuit ? Nous avons essayé.

Cela a été fort pour moi, une reconnaissance. Mais en même temps, j'ai eu l'intuition qu'il fallait attendre la fin de l'acte…

La nuit a continué sous ces bercements, regards vers ma mère, biberons, assoupissements, alternances de positions… Selon où je me plaçais, je la trouvais triste, tranquille, gentille, aimante.

À 5 heures du matin, Thomas était épuisé et avait de sérieuses douleurs un peu partout. Puisqu'il m'avait bercée de 22 heures à 5 heures du matin, soit sept heures, et vu les difficultés de la posture à prendre, nous avons trouvé cela satisfaisant. Si bien que je me suis retournée et mise sur le ventre.

Thomas pendant quelques minutes m'a embrassé toute la colonne de haut en bas en disant : "Je t'aime, je t'aime…"

Je me suis sentie bien et détendue, je n'ai pas de souvenirs très précis, sinon beaucoup de fatigue. Puis nous nous sommes endormis.

Quelques heures plus tard, je me suis réveillée parce que j'avais envie d'aller aux toilettes et j'avais une douleur au ventre.

Je me suis levée et j'ai constaté que mes règles étaient arrivées (alors que je les pensais finies…), elles étaient extrêmement violentes.

Puis en touchant le bas de mon dos, j'ai constaté qu'il était extraordinairement droit alors que la plupart du temps je suis cambrée.

En me recouchant, j'ai senti une énergie circuler entre ma tête et mon coccyx jusqu'à mes jambes. Une phrase me venait : *J'accepte le changement. Je change en profondeur.*

Plus je me disais ça, plus ça vibrait en moi.

J'ai passé deux journées étranges où j'avais mal parce que mes règles étaient très fortes et en même temps au niveau du milieu du dos, j'avais une nouvelle sensation de fraîcheur.

Depuis, je n'ai plus mal au dos, je n'ai plus cette sensation d'oppression au niveau du sternum malgré la forme encore arrondie au niveau du milieu du dos.

Merci, ça me change la vie et ma qualité de présence. C'est vraiment incroyable pour moi !

Je suis très reconnaissante pour les bénéfices et le soutien que tu m'as offerts.

C'est un très beau cadeau, très précieux.

Sincèrement,

Nathalie

Lettre 28

Monsieur,

Vous m'avez donné il y a quelques mois un acte psychomagique homéopathique. Je reviens donc vers vous avec les résultats de cet acte.

Il s'agissait de prendre deux récipients, de coller sur l'un une photo de mon père, sur l'autre, une photo de ma mère. Dans le flacon paternel, je devais mettre une photocopie de l'image paternelle et de l'eau-de-vie. Dans le flacon maternel, je devais mettre de l'huile d'olive vierge et une reproduction de l'image maternelle. Chaque matin, j'ai ajouté à mon thé ou à mon café dix gouttes de chacune des deux solutions.

Parallèlement, et conformément à votre prescription, j'ai acheté une paire de chaussures de ville neuves (bottines). J'ai collé chaque jour une feuille d'or dans celle de droite et une feuille d'argent dans celle de gauche (en fonction de l'usure des feuilles bien entendu).

Les résultats de cette "ordonnance" psychomagique sont les suivants. Je dois bien dire qu'avec le recul de ces derniers mois, j'avais gardé un côté infantile très présent. Je m'habillais comme un adolescent, en adoptant les codes vestimentaires et de communication. À ce niveau, j'ai l'impression d'avoir vieilli ; non pas vraiment vieilli, mais je me sens plus mature, plus responsable et je me vêts comme quelqu'un de mon âge ou en tout cas plus en adolescent attardé. En liaison avec cela, j'ai intégré un plus grand réalisme dans mon comportement. Je fais des choix que j'assume maintenant en faisant que la vie soit la plus douce possible avec moi. Ce n'est pas encore toujours complètement au point, mais j'ai beaucoup changé. J'ai aussi intégré une dimension parentale positive sans me leurrer, le bon côté de l'arbre ; on est là aussi grâce à lui !

Autre changement de taille, j'ai engagé une relation avec une femme. Cette relation n'est pas de tout repos, mais comme vous l'avez dit, le couple est aussi une suite de crises. Non que je n'aie eu de relations auparavant, mais cette fois je me sens différent dans cette relation. Pour finir, je me suis lancé dans plusieurs projets créatifs : l'écriture régulière de poèmes où je m'entraîne à ne pas me juger, ainsi que le travail sur l'adaptation d'un roman pour le cinéma qui est mon grand projet du moment. Avec le tarot et le chant que je relance, mon temps est bien rempli et je me sens un autre homme, comme un lézard qui aurait laissé son ancienne peau derrière lui. Je vous remercie pour votre aide dans ces différentes entreprises. Je reste votre éternel obligé et remercie le Ciel de nous avoir permis d'avoir accès facilement à une telle mine de savoir et de sagesse.

De tout cœur, je vous dis merci.

André

Lettre 29

Mon acte de psychomagie

23 décembre 2004, 13 heures, cimetière de Bagneux, banlieue de Paris.

La veille au soir, en me couchant, j'étale la pâte d'amandes sur mon thorax, elle fait corps avec moi, et tant bien que mal je dors avec, plutôt mal en fait. Au réveil, il me faut un moment pour la rassembler, tout a collé (comme dans mon début de vie…) ; je modèle un bébé avec un visage, des yeux, une bouche, une esquisse de nez, je m'applique car mon émotivité est intense. Je l'enveloppe dans du papier d'aluminium, je prends soin d'emmener de la terre en plus.

Le cimetière est extrêmement calme ce jour-là, à l'approche de Noël, un jour gris avec de la pluie toute proche. Je désorganise la jardinière plutôt grande qui garnit la tombe de mes parents, je retourne la terre pour trouver la place d'enfouir le bébé de pâte d'amandes, ma sœur connue et inconnue de moi jusqu'à l'âge de onze ans, puis j'ajoute un peu de nouvelle terre et je remets en place les arbustes d'ornement.

À mi-voix je prononce ces mots : "Je vous rends votre enfant mort, il est à vous, je ne le porte plus." Ce que j'éprouve alors dans mon corps, c'est une sensation de solitude, d'abandon, un grand vide interne, un espace inhabité. Mort, vie-mort, à cet instant ce qui me reste, c'est moi, j'ai à faire connaissance avec moi-même ; j'ai l'intuition que je ne serai plus obligée de venir sur cette tombe (ce sont ces mots-là, "plus obligée de", que j'entends). Jeune adolescente, je m'étais souvent promenée dans ce cimetière sans savoir que mes parents y seraient enterrés plus tard.

Autour de moi chaque arbre, chaque tombe a changé de proportion : tout est devenu plus petit, à taille humaine je crois ; le lieu m'apparaît dépouillé, simple et calme, il n'est plus chargé des mêmes émotions. Les

couleurs sont légèrement différentes, plus claires, je me réveille d'un mauvais rêve.

Sept jours plus tard, je constate que j'ai développé de façon éclair un eczéma au coude droit, je n'en avais eu que deux fois dans ma vie : la première fois lorsque ma mère m'a sevrée et la deuxième fois après une rupture amoureuse. Cet eczéma a disparu de lui-même en l'espace d'un mois sans aucun traitement.

La beauté et la simplicité de l'acte que tu m'as proposé m'ont profondément remuée ; je crois aussi qu'il est porteur d'une dimension plus féconde que je ne fais qu'entrevoir aujourd'hui : se séparer mais avec de l'amour. Réaliser cet acte m'a fait vivre essentiellement un changement de point de vue.

Je suis certaine que la compréhension immédiate, sensible, très présente que tu as manifestée devant mon histoire personnelle m'a permis de recevoir ce tirage de tarot à un niveau profond.

MERCI

Julie

Lettre 30

Monsieur Jodorowsky,

Je suis venue au *Téméraire* en avril, ma question était : “Pourquoi je n’arrive pas à gagner ma vie, je suis souvent au chômage, je n’ai jamais de travail satisfaisant ?”

Le tirage a révélé que j’étais toujours une enfant, vous m’avez dit : “L’enfant ne gagne pas l’argent, il le reçoit.” Que mes parents, de même, étaient restés des enfants. Je confirme que mes grands-parents ont toujours assisté mes parents financièrement.

De ce fait, l’acte consistait à déposer un billet de 50 euros avec du miel sur la tombe de mes grands-parents, leur dire que cet argent leur appartenait, que je les en remerciais, mais que maintenant je désirais gagner le mien.

Je me suis rendue à Nîmes et à Bordeaux.

J’étais au chômage depuis plusieurs mois, je profitais de ce temps pour faire le point sans recherche active d’un nouveau travail.

Il y a deux semaines, j’étais sur le point de rentrer de vacances dans l’intention de prospecter sérieusement les offres d’emploi et de remettre à jour mon CV.

La veille de mon retour sur Paris, une cousine me téléphone pour me proposer un travail dans son entreprise. Une société de marque internationale pour un poste intéressant et bien rémunéré.

J’ai aussitôt répondu à l’offre, j’ai eu un entretien avec le directeur et j’ai été retenue.

Je n’ai même pas eu le temps de chercher un travail, il est arrivé sur un plateau…

Le même jour je reçois mon avis d'imposition : c'est la première fois que je paye des impôts, pas très élevés, mais pour moi c'est symbolique, j'ai presque trente-six ans…

Je vous remercie pour votre présence et votre attention.

Bien à vous,

Emmanuelle

Lettre 31

L'année dernière, j'ai participé à un atelier animé par Alejandro Jodorowsky dans le café littéraire et j'ai eu la chance d'être choisie dans le public pour l'analyse de mon arbre généalogique. À partir de là, Alejandro a conçu un acte que j'ai accompli quelques mois plus tard : il portait sur mon père, qui a disparu de ma vie quand j'avais sept mois et que je n'ai plus jamais revu.

L'expérience a été marquante et émouvante.

La réalisation de l'acte était en apparence simple : je devais me rendre dans la ville où mon père était enterré, laver sa tombe et écrire "amour" dessus avec du miel.

Pour l'accomplir, j'ai commencé par chercher comment arriver jusqu'à Caleta Olivia, en Argentine, où il est mort et a été enterré. Je me suis alors rendu compte que mon père avait été mis dans une fosse commune, qu'il était mort alcoolique, seul et sans le sou… Devant cet obstacle, j'ai redéfini l'acte : mon intuition m'a menée à penser que ce qui était fondamental, c'était l'acte lui-même. Mon père pouvait être représenté par n'importe quelle tombe, n'importe où. J'ai décidé d'aller au cimetière général et de chercher une tombe qui porterait au moins la même date de naissance.

Un samedi matin, j'ai préparé mes outils : deux grandes bouteilles en plastique, une avec de l'eau et un peu de détergent, l'autre avec de l'eau uniquement, une petite brosse, un pot de miel et des fleurs. Je suis arrivée au cimetière, chargée de tout mon équipement. À chaque pas, mon cœur battait de plus en plus fort et de plus en plus vite, je ne pensais à rien, je ne ressentais qu'une peine profonde qui me faisait pleurer comme une enfant perdue dans cette multitude de morts. À mesure que j'avançais, l'idée de la date de naissance a été remplacée par une autre : ce serait mon père qui guiderait mes pas jusqu'à lui. J'ai marché, marché encore, emprunté les

petits sentiers, accompagnée de mes pleurs et de ma peine, de ma douleur, de mon émotion ; j'ai fini par la voir, à une cinquantaine de mètres de moi, sous un arbre : une dalle de ciment gris qui surmontait une stèle faite de la même matière. *C'est celle-ci*, ai-je pensé.

Je me suis approchée, et deux détails m'ont surprise : à l'aspect de la sépulture, on se demandait si cet homme avait été accompagné le jour de son enterrement. La tombe semblait laissée complètement à l'abandon, quand bien même il s'agissait manifestement d'une sépulture de grande valeur. Deuxième détail, la stèle ne portait qu'un nom : "Francisco delle Piano". Pas de date de naissance ni de mort, pas d'épitaphe, rien de rien. J'ai mené à bien ma tâche en pleurant, et une conversation intérieure avec mon père a surgi spontanément : "Pourquoi m'as-tu abandonnée ? As-tu pensé à moi quelquefois ? Aurais-tu aimé me connaître… ?" Jamais je n'avais pensé à ces questions auparavant, du moins pas de façon consciente. À la fin, la sépulture étincelait, les questions ont disparu en même temps que l'eau, qui a lavé la terre accumulée comme un signe d'abandon, emportant aussi ma douleur. J'ai fleuri la tombe et écrit "amour", et sur la stèle, toujours avec le miel, le nom de mon père. Un sentiment de paix totale a parcouru mon être, je suis rentrée chez moi et j'ai dormi jusqu'au lendemain. J'ai l'impression que jusqu'à ce jour, j'avais été fatiguée toute ma vie…

Je sais que toute ma structure émotionnelle a changé à partir de ce jour-là. Je suis plus rangée, pacifique, sereine, plus confiante. Quand d'aventure je pense à mon père, je vois cette tombe, je sens que je sais aujourd'hui qui je suis, bien plus qu'avant.

J'ai besoin qu'Alejandro sache tout cela, pour qu'il continue de guérir.

Encore une fois, merci beaucoup,

Marisol

Lettre 32

Cher Alejandro,

Le 5 janvier dernier, je suis venu à Paris avec l'intention de te consulter au café dans lequel tu viens tous les mercredis. Je voulais trouver un remède, un traitement pour ma maladie. Depuis la puberté (j'ai aujourd'hui trente-sept ans), je souffre d'une maladie de la peau, la dermite séborrhéique ; assez intense dans mon cas. J'avais testé de nombreux traitements, tous restés apparemment sans effets. J'avais besoin de quelque chose de décisif, car j'étais au plus mal ; au bord du gouffre, je ne supportais plus les terribles démangeaisons, la rougeur de ma figure, les croûtes qui se formaient sur mon visage et ma tête. Depuis que j'avais appris l'existence de la psychomagie, j'étais convaincu que tu pourrais m'aider.

J'ai pu te consulter le mercredi 5 janvier. On m'a donné le numéro 5. Du tirage du tarot sont sortis L'Hermite, La Justice et Le Jugement. Nous avons parlé de mes parents : lui est mort il y a dix-huit ans, d'un cancer ; elle est une femme extrêmement cassante (on l'appelle parfois "le tyran"). Tu m'as dit que ma mère, après avoir écrasé mon père, faisait la même chose avec moi. Par ailleurs, je n'ai pas de modèle paternel, viril.

Tu m'as dit que je ressentais une profonde colère à l'égard de ma mère, que je manquais de virilité, et que tu pouvais me prescrire un acte psychomagique qui me guérirait. J'ai bu tes mots, absolument absorbé, entièrement ouvert à l'expérience. Ma compagne, María José, était assise à ma droite. L'acte que tu m'as prescrit est le suivant : je dois d'abord raconter à ma mère que je suis venu te voir, qui tu es, comment tu travailles, et lui dire qu'elle doit m'aider à guérir ; je dois solliciter sa collaboration dans tout ce que j'ai à accomplir. Puis je dois l'attacher à une chaise avec

une corde en coton “comme celles qu’on utilise dans les films”, as-tu dit, pour ne pas lui faire mal aux mains et aux jambes. Après l’avoir attachée, je dois avoir un accès de colère devant elle, sans l’en avertir au préalable ; je dois crier et m’agiter comme un forcené. Dans la poche de ma veste, j’aurai des pièces en chocolat emballées dans du papier doré que je dois lui jeter dessus. Je dois en garder une dans un sac attaché à la hauteur de mon sexe, puis la sortir, la déballer et la lui mettre dans la bouche pour qu’elle la mange. Puis il faudra que je la détache, que je l’embrasse et que je la prenne dans mes bras, et enfin, ma compagne María José entrera en scène avec trois douzaines de roses rouges qu’elle offrira à ma mère.

Une fois tout cela fait, je dois aller en voiture jusqu’à la tombe de mon père et, durant le trajet, boire trois bières sans m’arrêter nulle part pour me soulager. Je devrai ensuite uriner sur la tombe de mon père et y laisser trois douzaines de roses blanches, symbole de pureté. Depuis le moment où j’ai décidé de venir à Paris, j’avais l’intuition que ce dont j’avais réellement besoin, c’était d’un acte de psychomagie, et voilà que je l’ai réalisé.

À peine rentré de Paris, je suis tombé malade ; une grippe comme je n’en avais jamais eue s’est emparée de moi. Le mot-clé semblait être “colère”. Durant ces quelques jours, je me suis senti en colère contre tout le monde et très à fleur de peau. Mais ce temps passé au lit m’a aussi permis de comprendre que l’acte psychomagique était quelque chose d’inéluctable. J’avais beaucoup d’espoir.

Ma mère vit dans un petit village à vingt-huit kilomètres de Salamanque. Je suis allé la voir un jour et je lui ai expliqué ce que tu m’avais dit ; je lui ai parlé de mon voyage à Paris, de toi, et du concept de la psychomagie, dans les grandes lignes. Je lui ai aussi dit que je devais réaliser un acte avec elle et je lui ai demandé de l’aide. À aucun moment elle n’a refusé ; elle s’est même montrée ouverte, même si elle éprouvait un peu d’appréhension face à l’incertitude de ce qui l’attendait. “Ah, mon Dieu, que va-t-il me faire faire !” disait-elle, mais elle ne s’est jamais

dérobée. Cette scène s'est déroulée quelques jours avant, j'étais en train de préparer le terrain.

J'ai décidé d'accomplir le reste de l'acte les 28 et 29 janvier, le 28 en ce qui concernait ma mère, le 29 pour mon père. J'ai d'abord acheté les pièces d'or. Je pensais en acheter aussi trois douzaines, mais ça m'a paru peu, finalement, alors j'en ai acheté cinquante. J'ai aussi acheté la corde. Je me demandais où m'en procurer, mais je n'ai finalement pas eu de mal. J'en ai acheté vingt-cinq mètres, au cas où.

J'ai commandé les roses, les rouges et les blanches. Étrangement, il s'est alors mis à neiger, et la température a chuté, ce qui m'a paru un bon augure pour mener à bien mon acte, prévu la fin de semaine suivante. Les roses sont vendues en bouquets de vingt, j'en ai donc acheté deux de rouges et deux de blanches. Il allait m'en rester quatre de chaque couleur.

Le jour prévu, je me suis consciencieusement préparé. Nous allions réaliser l'acte chez ma mère, dans l'une des pièces de sa maison, à 18 heures.

J'ai suivi toutes tes instructions au pied de la lettre. J'ai enfilé une veste couleur grenat, j'ai préparé les pièces dans la poche de la veste et celles du sac au niveau du sexe. Avant d'aller chez ma mère avec María José, nous sommes passés chez la fleuriste pour récupérer les roses rouges. C'est elle qui les a payées. Nous en avions décidé ainsi, car c'était sa partie de l'acte. Comme il y en avait quarante, elle a ôté quatre tiges pour se retrouver avec un bouquet de trois douzaines. J'étais assez angoissé à ce moment-là.

Ma mère s'est laissée faire quand je l'ai attachée, elle était entièrement soumise, comme un petit agneau ; c'était très surprenant. J'ai mis plusieurs minutes à l'attacher, je voulais m'assurer que c'était bien fait. Même dans sa situation, elle continuait à me donner des ordres. *Elle ne peut pas s'en empêcher*, ai-je pensé. "Passe la corde par-ci", "passe-la par-là". Le plus dur pour moi a été de me mettre à crier, à partir dans un accès de colère, mais il a fallu un premier cri forcé pour que le reste sorte tout seul. J'ai hurlé, j'ai

donné des coups dans le canapé et le mur, je me suis fait mal à la main. J'ai jeté à terre mon écharpe et une veste. J'ai gesticulé dans tous les sens. J'ai perdu la notion du temps, je ne sais pas combien de minutes a duré la scène.

À un moment, j'ai regardé ma mère, qui avait l'air effrayée. Elle faisait un geste de désapprobation, essayait de détourner le regard. J'ai aussi jeté des ciseaux et fait tomber un nettoyeur pour vitres. Elle n'a rien dit.

Puis je me suis mis à lui lancer dessus les pièces d'or que j'avais dans la poche de la veste : l'une d'elles a atterri sur sa tête, quelques-unes sur ses genoux, les autres par terre. Je lui ai ensuite fait manger celle que je portais au niveau du sexe. Elle ne disait toujours rien. Je l'ai détachée, prise dans mes bras et embrassée. Elle a dit plusieurs fois : "Que Dieu te guérisse !" Elle était toujours assise sur la chaise.

C'est alors qu'est entrée María José avec les trois douzaines de roses, qu'elle lui a données. Elle nous a demandé pourquoi nous nous étions embêtés à lui porter autant de roses.

Je me suis enquis de son état d'esprit, et notamment de mon accès de rage. Elle n'a pas voulu admettre qu'elle avait eu peur, mais moi je savais que oui. Dans tous les cas, elle avait collaboré tout du long, et elle a même ajouté : "Tu aurais pu me donner un coup de poing."

C'est ainsi que s'est achevée cette première partie de l'acte. Je l'ai remerciée ensuite. Elle semblait de meilleure disposition, plus détendue, plus douce et plus gentille avec nous. Je me suis retrouvé avec un mal de gorge d'avoir tant crié, et très fatigué.

Cette colère si ancrée en moi, et qui surgit fréquemment dans certaines situations, n'a pas disparu. Ce soir-là, à la maison, je l'ai sentie ressurgir, dans des gestes du quotidien. Elle était toujours là, à la surface. Parfois, j'imagine qu'elle se transforme en taches roses sur mon visage, comme elle s'était transformée en roses réelles pendant l'acte. Elle se métamorphose en roses rouges, hérissées d'épines.

L’acte entier avait duré une demi-heure. Pendant ces trente minutes, le temps s’était arrêté, comme à Paris. La dimension temporelle avait paru se dilater, comme dans un rêve inimaginable. J’ai senti que se créait une brèche, une fracture dans la réalité pour qu’autre chose puisse émerger, pour que la possibilité de cet impensable se manifeste.

Le lendemain, le 29, j’ai réalisé la dernière et ultime partie de l’acte.

Mon père est enterré à Bilbao, à quatre cents kilomètres de Salamanque, ce qui équivaut à environ trois ou quatre heures de trajet en voiture.

Plusieurs jours avant, j’avais appelé le gardien du cimetière pour connaître l’emplacement de la tombe et les horaires d’ouverture, car il y avait très longtemps que je n’y étais pas allé, et je ne m’y étais rendu que deux ou trois fois en tout.

Mon père est enterré dans une niche funéraire, autrement dit, une alcôve dans un mur, portant le numéro 425, si je me souviens bien. J’ai décidé d’accomplir l’acte à midi, à un moment où le gardien serait absent et où, me disais-je, il y aurait peu de visiteurs. Je suis donc parti de Salamanque avec María José et les roses blanches achetées juste avant le départ. J’avais aussi des bières, des Mahou Cinco Estrellas. J’adore conduire, alors le voyage s’est très bien passé. J’ai essayé d’ingérer les bières très lentement car je ne suis pas habitué à boire.

Nous sommes partis de Salamanque à 10 heures du matin et le voyage a duré trois heures et demie. Pendant le trajet, entre deux gorgées de bière, j’ai mangé un peu de pain pour ne pas avoir l’estomac vide. J’ai fini la dernière bière en arrivant dans la petite commune appelée San Miguel où se trouve le cimetière (curieux, San Miguel est aussi une marque de bière). Peu à peu, je commençais à ressentir les effets de l’alcool tandis que ma vessie se remplissait. Progressivement, sur le trajet, le paysage changeait, le manteau de neige s’épaississait. Tout est devenu blanc : l’alcool, les bières et la neige sur la route ; un mélange étrange, comme un rêve surréaliste, un rêve merveilleux.

Je suis arrivé à San Miguel avec une vessie sur le point d'exploser. Je suis sorti de la voiture à la hâte et j'ai cherché la niche de mon père. Je l'ai trouvée rapidement. Elle était dans le mur, malheureusement, mais dans la rangée inférieure. Elle est recouverte d'une pierre tombale en marbre gris, sur laquelle on peut voir le nom de mon père, la date de sa mort et une image du Christ. J'ai uriné là, arrosant toute la pierre. J'ai pissé un bon moment, proprement, je ne sais pas combien de temps. J'ai sorti mon pénis suffisamment pour prouver ma virilité, la montrer à mon père.

Il n'y avait personne, je n'ai vu qu'une femme et sa fille qui se dirigeaient vers la sortie pendant que je cherchais la niche de mon père. Pendant que j'urinais, j'ai regardé aux alentours pour m'assurer que j'étais seul ; des chiens aboyaient à l'extérieur de l'enceinte du cimetière, non loin de là où j'étais. Avant que je termine, ils se sont tus. Cette pissée a été libératrice. L'urine s'est mêlée à l'eau par terre, vestiges des dernières pluies.

Je suis retourné à la voiture pour récupérer les roses et j'ai placé les trois douzaines dans trois vases, deux en plastique que j'avais emportés avec moi et un en verre que j'ai trouvé sur place, vide. Les chiens se sont remis à aboyer. Je suis resté un moment silencieux, me rappelant mon père et lui souhaitant le meilleur. Il faisait froid et le cimetière était désert. Je suis retourné à la voiture où j'ai retrouvé María José.

Comme je l'ai dit plus haut, il me restait quatre roses rouges et quatre roses blanches. J'en ai donné une rouge à María José et, plus tard, les autres à trois jeunes filles qui discutaient à côté du portail de ma maison. Elles ont été très surprises, mais le geste leur a plu. Les blanches, je les ai déposées sur la tombe de ma grand-mère, dans le cimetière où se trouve mon père. Ma grand-mère s'appelait Gabriela. J'ai cherché sa tombe et j'ai planté les roses en terre, près de la croix, deux d'un côté et deux de l'autre.

Nous avons passé une nuit à Bilbao, ville de ma naissance. Depuis notre hôtel, nous sommes descendus au centre-ville en empruntant une rue

appelée Zabalbide, qui signifie, je crois, “chemin ouvert”. Dans la chambre de l’hôtel, il y a au mur deux tableaux avec des tulipes, l’une jaune, représentée de jour, et l’autre blanche, de nuit, qui rappellent le yin et le yang complets, équilibrés. En face de la chambre, il y en a un autre plus grand, avec des tournesols.

Fin de l’acte.

Certaines choses ont changé. L’état de ma peau s’est grandement amélioré dans les semaines qui ont suivi l’acte, pendant près de deux mois j’ai eu l’impression que j’étais à deux doigts de la guérison. Je me suis senti plein, ouvert, confiant, j’avais le sentiment que cet état d’esprit ne faisait que gagner en force. Ma peau était presque nette.

Je crois que ma mère me respecte davantage, c’est comme si, d’une certaine façon, elle avait compris que cette guérison était aussi la sienne. Malgré tout, je continue à avoir du mal à l’aimer. C’est comme si un rejet s’était installé en moi ; même la toucher, l’embrasser, est difficile pour moi. L’acte que j’ai accompli est-il une graine semée dans mon inconscient qui finira par porter ses fruits, ou y a-t-il autre chose que je puisse faire ?

Dans tous les cas, merci beaucoup pour la magie, et pour cette opportunité.

Je t’embrasse,

Fernando

Lettre 33

Objectif de l'acte : je suis issue d'une famille de parents "finalement" divorcés qui n'arrêtaient pas de se disputer ou qui faisaient régner une atmosphère lourde et irrespirable pour mon frère et moi. Ma mère, amoureuse lésée, se faisait rejeter par mon père et exprimait sa souffrance sous toute forme de somatisation. Je suis devenue très vite sa mère, me voyant obligée de la soigner, d'écouter ses confidences, de faire la cuisine lorsqu'elle faisait la grasse matinée ou soignait ses migraines… Son travail la ramenait à la maison très tard le soir, et le matin, il fallait la secouer pour qu'elle se lève (elle réglait son biorythme à coups de somnifères et d'amphétamines). Mon père avait des humeurs et pouvait parfois être violent. Néanmoins, passant moins d'heures à l'extérieur que ma mère, c'était lui qui s'occupait le plus de nous, et en l'absence de ma mère, il était beaucoup plus agréable. C'était quand elle était là qu'il devenait irritable et qu'on marchait sur des œufs. Lorsque je suis devenue adolescente, il m'a utilisée contre elle en stimulant mon sentiment œdipien de manière exagérée, je suis devenue son outil de vengeance contre sa femme-mère.

Bien entendu, l'un et l'autre dans leur "âme" de parent sentaient le devoir de me préparer à ma future vie amoureuse. Ça donnait à peu près ceci.

Ma mère : "Ne fais surtout pas comme moi, fais-toi désirer, avec les hommes, c'est « cours après moi que je t'attrape ». Sois froide, distante, ne dis jamais ce que tu penses et, si tu es amoureuse, ne le montre pas."

Mon père : "Toi au moins tu n'es pas comme ta mère, j'aurais pu m'entendre avec une femme comme toi. Ne te marie pas, aie des amants, amuse-toi…"

Enfants, il fallait nous faire pardonner d'être là, leur vie tournait autour des problèmes que leur relation leur causait, ils étaient littéralement obsédés l'un par l'autre. Il nous était même interdit de pleurer, ils comptaient jusqu'à trois, et à trois, c'était la baffe. À trois ans déjà, je "contrôlais" mes émotions, il fallait être sage, ne pas déranger.

Adulte, malgré des années de travail sur moi, je n'arrivais toujours pas à trouver une voie praticable entre ces deux extrêmes. La faiblesse et la vulnérabilité que je ressentais à chaque fois que je m'approchais de ma féminité me faisaient repartir instantanément dans le pôle opposé, le modèle de mon père. J'ai donc voulu réaliser un acte psychomagique qui me permettrait d'équilibrer le masculin et le féminin à l'intérieur de moi et de me rendre l'enfance qu'ils m'ont volée.

L'acte : j'organiserais une rencontre avec mes parents dans un endroit neutre. Je leur expliquerais ce que ma vie avec eux a supposé pour moi en tant qu'enfant et puis comme adulte.

Je leur remettrais à chacun un pot d'eau dans lequel j'aurais versé quelques larmes en leur disant : "Voici les larmes d'enfant qu'adulte j'ai dû verser."

Je me déguiserais en petite fille et partirais avec eux main dans la main passer une après-midi (pour qu'ils me rendent symboliquement l'enfance qu'ils m'ont volée en m'obligeant à être leur mère).

Nous irions à Waterloo, à la butte du Lion au pied de laquelle je leur demanderais de s'épouser à l'intérieur de moi.

Je monterais seule au sommet où je lâcherais une colombe au-dessus du champ de bataille (mettant ainsi fin à la guerre entre les sexes, Napoléon représentant cette force antiféminine).

Je remettrais des vêtements normaux et irais enterrer avec eux ceux de petite fille après avoir uriné dessus. J'y planterais un bel arbre que je leur demanderais d'arroser avec mes larmes.

Déroulement de l'acte : j'ai pris l'avion pour Bruxelles, ai loué une voiture et me suis installée dans un hôtel. Tout de suite, je me suis mise à la recherche de tout ce dont j'avais besoin pour réaliser l'acte. Cela m'a pris un jour et demi, ce ne fut pas facile du tout de trouver la colombe. Je suis aussi allée à Waterloo en "éclaireur" car je ne connaissais pas du tout l'endroit (alors que j'étais branchée sur la conception de mon acte, je m'étais vue libérant une colombe sur la butte du Lion. J'y étais allée une seule fois petite en compagnie de mes grands-parents). J'ai ensuite téléphoné à mes parents. Pas facile non plus de les localiser, encore moins de les mettre d'accord sur un jour et une heure (n'oublions pas qu'ils sont divorcés et n'apprécient pas spécialement de se revoir), mais la préoccupation que mon arrivée soudaine leur a causée a joué en ma faveur. Nous avons pris rendez-vous pour deux jours plus tard. Bien sûr chacun a essayé de m'attirer chez lui, mais c'était ensemble que je les verrais ou rien du tout. Cette attente m'a paru interminable, j'avais envie de me détendre mais c'était impossible, j'étais très angoissée (allaient-ils accepter de réaliser cet acte qui leur semblerait complètement fou ?). Je suis tombée malade, fièvre, mal de gorge, une journée au lit.

Comme c'était à prévoir, mon père est arrivé bien avant l'heure et a essayé de me tirer les vers du nez avant que ma mère n'arrive. Je lui ai expliqué que c'était aux deux ensemble que je voulais parler. Tout au long de l'acte, il faudra souvent que j'arrête mon père qui veut faire quelque chose seul avec moi sous prétexte de la santé de ma mère. Je les invite dans la chambre que j'ai louée et là je leur explique calmement à chacun tout ce que j'ai à leur reprocher, ce que ma vie d'enfant a été et tous les problèmes que j'ai encore maintenant à cause de ce vécu. Ils m'écoutent attentivement essayant de se justifier de temps en temps, ce à quoi je réponds qu'il s'agit de mon vécu. Je vois que pour ma mère, c'est beaucoup plus difficile à accepter. À un moment donné mon père se lève et en larmes me demande pardon. Il souhaite aussi que mon frère puisse un jour faire la même chose

et se libérer de tout ce qu'il lui a fait. Je leur donne à chacun un pot de mes larmes et aussitôt ils se mettent à pleurer. Je pars me déguiser en petite fille et leur dis que je veux passer l'après-midi avec eux dans cet accoutrement pour qu'ils me rendent l'enfance qu'ils m'ont volée. Ils collaborent parfaitement. Pendant les quelques heures de promenade, je fais l'enfant capricieuse, difficile et leur demande de faire des choses telles que jouer avec moi, chanter… Dans un magasin, je leur demande de m'acheter un pendentif en forme d'aigle. Puis, nous allons aux pieds du lion et là, c'est un moment très émouvant ; je m'assois au milieu des deux, leur prends la main et leur demande solennellement :

— Jeanine, acceptes-tu de prendre pour époux à l'intérieur de moi Jackie ici présent ?

— Oui.

— Jackie, acceptes-tu de prendre pour épouse à l'intérieur de moi Jeanine ici présente ?

— Oui.

Je les embrasse tous les deux, prends ma colombe et commence la longue montée vers le sommet du lion en leur demandant de me regarder. Arrivée au sommet, je prends la colombe, la caresse un peu avant de la lâcher. Surprise ! La petite colombe ne veut pas s'envoler. C'est un choc et tout de suite je comprends qu'elle exprime toutes les réticences de mon inconscient. Alors, je me mets à parler à la colombe et je lui explique qu'à partir de maintenant elle est libre, qu'au début tout peut lui paraître surprenant, difficile mais que tout ira bien. Je la rassure mais rien n'y fait. Je décide donc de partir en lui disant que la balle est maintenant dans son camp.

Je redescends, vais me changer et nous partons dans un bois proche pour enterrer les vêtements. (J'aurais voulu les enterrer sur le champ de bataille mais ma mère ne peut plus marcher jusque-là.) Mon père creuse le trou avec moi car la terre est très, très dure. J'urine sur les vêtements, plante

un très bel arbre et demande à mes parents de l'arroser avec mes larmes, ce qu'ils font semble-t-il avec plaisir. Après, je les reconduis à la gare. Ils voudraient que l'on passe la soirée ensemble mais je refuse (je ne voulais les voir que dans le cadre de l'acte).

J'ai passé la soirée avec mon frère et lui ai raconté ce que je venais de faire avec nos parents. Il était très ému. Il faut savoir que, mon frère et moi, on s'est vus plus ou moins cinq fois en dix-huit ans. Cette soirée-là, nous avons parlé comme jamais. C'était extraordinaire, miraculeux !

En rentrant en Espagne, je me sentais triste et il me restait cet éternel goût amer de penser que le positif n'arrive dans ma vie que par le masculin (mon père, comme à plusieurs reprises dans ma vie, s'était montré beaucoup plus coopératif et s'était laissé toucher). Dans l'avion, j'avais repéré une jeune femme noire que j'avais rencontrée plusieurs fois à Bruxelles. À la sortie, elle me demande de la prendre en photo et veut aussi prendre une photo de moi. Elle a un air plutôt sauvage et désinvolte. Je lui demande si elle habite à Madrid, elle me répond qu'elle est de passage ici vers Libreville, là où elle vit. Elle ajoute : "Je montrerai ta photo à toutes mes amies." J'y ai vu un clin d'œil, la magie était en train d'opérer dans mon inconscient. Une femme tout à l'opposé de ce que je suis était en train de s'y libérer.

Par la suite, j'ai souvent pensé à ce qu'Alejandro enseigne à propos du pardon, c'est-à-dire qu'il faut pardonner mais il faut aussi savoir demander pardon pour avoir quitté ce "collectif émotionnel". J'ai mis deux mois à vraiment comprendre ce que cela voulait dire, deux mois pendant lesquels je me sentais encore mal, retenue par, je crois, un immense sentiment de culpabilité. Un jour, au volant de ma voiture, alors que j'écoutais à la radio et chantais une chanson *Por ti volaré* et que je me sentais triste de constater à quel point j'étais encore agressive avec ma mère, j'ai soudainement "revu" une scène de mon enfance où, du haut de l'escalier, je m'étais jetée en toute confiance dans les bras de ma mère qui se trouvait en bas. Je

compris que cet acte n'était pas du tout suicidaire comme je l'avais toujours pensé. Je sentis que j'avais investi ma mère d'un poids, d'une mission qu'aucun être humain ne peut remplir : celui de remplacer mon âme. Je lui en voulais encore de ne pas avoir été capable de remplir cette mission impossible. Je la détestais de l'aimer d'un amour insensé non correspondu. Je pleurais des heures et des heures et plus je versais de larmes, plus tout s'éclairait. Je fus enfin capable de lui écrire et lui expliquai que la frustration engendrée par notre rapport avait été le moteur le plus puissant dans ma recherche spirituelle, je pus lui demander pardon de l'avoir fait souvent souffrir et de partir pour enfin trouver ma maison. J'écris aussi à mon père et lui dis que le duo explosif qu'ils avaient formé lui et elle avait achevé de me propulser dans le groupe des humains qui n'ont d'autre solution que celle de chercher de nouveaux moyens pour les hommes et les femmes de s'entendre. Je les remerciai d'avoir été ma plus grande faiblesse et ma plus grande force. Je n'avais jamais été aussi loin et proche. Je ne sentais plus aucune agressivité. J'étais libre. Depuis, mon rapport avec eux est plus doux, je peux enfin leur ressembler sans craindre qu'ils m'avalent. J'aime et commence à profiter de mon bon héritage.

Merci Alejandro.

Rosalie

Lettre 34

L'objectif est de lutter contre mes phobies. Dans certaines situations sociales, j'ai l'impression de ne plus rien contrôler et c'est presque toujours lié à la présence de quelqu'un qui a du pouvoir, une figure d'autorité, quelqu'un que je ne connais pas. Je me retrouve avec des crises d'angoisse, je tremble, j'ai des sueurs froides, je fais de la tachycardie et, à ce rythme, à l'avenir, je développerai des tumeurs.

Dans mes souvenirs d'enfance, il y a un personnage funeste dont le simple souvenir réveille en moi des craintes, des rancœurs, des sentiments de haine et des désirs de vengeance. C'est don Ramón, le maître d'école de mon village, que j'ai eu en classe de mes six à mes neuf ans. C'était un homme cruel, fervent fasciste de vocation. Je me le rappelle cognant avec rage et sans raison apparente. Il détestait notre village et louait les enfants des environs qui venaient dans notre école. En revanche, nous, enfants du village, subissions ses foudres et ses réprimandes. C'était aussi l'ennemi juré de mon père qui, à l'époque, était maire. Son autorité me paralysait. Je crois qu'il faisait souvent remuer ses clés rangées dans la poche de sa blouse parce qu'encore aujourd'hui, je suis aux aguets lorsque j'entends un tintement de clés. Un jour, enfin, il obtint un poste plus intéressant ailleurs et quitta le village, nous abandonnant, pauvres de nous, orphelins désemparés.

Nous avons supposé que si j'accomplissais un acte avec don Ramón, je pourrais me libérer de cette vision tyrannique que j'ai de l'autorité, et je vivrais la vie plus sereinement.

L'acte a donc été le suivant : durant plusieurs jours, vivre et exagérer mes peurs et mes tremblements autant que possible. Construire une cabane

en carton dans ma chambre et attendre que le monde me tombe dessus. Immergé dans cet état d'esprit, aller voir don Ramón.

Étant donné qu'il est mort, cela signifiait aller sur sa tombe. Lorsque je suis entré dans le cimetière, j'ai commencé à faire tinter mes clés pour qu'il m'entende arriver depuis l'enfer et qu'il se mette à trembler à l'idée de ce qui allait lui tomber dessus. Je devais lui reprocher violemment tout ce qu'il m'avait fait subir enfant et les conséquences néfastes qui en avaient découlé sur ma vie. Salir sa tombe de mes excréments et lui reprocher aussi le fait de m'avoir conduit à détester mon village et à abhorrer mon père, ce pour quoi j'ai vécu déraciné, comme un vagabond. Puis tout nettoyer et planter une plante au pied de la tombe.

Ensuite, aller au village et demander à un vieil homme qu'il me prenne dans ses bras et qu'il m'accueille, car je suis un fils du village qui est parti un beau jour pour ne plus revenir.

La première chose que j'ai faite, c'est chercher l'adresse, pour ainsi dire, de don Ramón. Quarante ans s'étaient écoulés depuis la fin de notre "tendre" amitié. J'ai suivi diverses pistes et, dès le premier appel téléphonique, j'ai retrouvé son point de chute.

J'ai passé une semaine à exagérer mes peurs. J'ai construit dans ma chambre une cabane en carton et, par les rainures, j'ai observé la porte et la fenêtre pour voir si apparaissait quelque aberrant Polyphème. Je me suis promené dans la maison, une boîte en carton sur la tête, pour ne pas être vu et ne pas voir. Au début, mes actions paraissaient forcées mais peu à peu, je me suis pris au jeu.

Bien que la présence d'autres personnes à côté de moi me répugne, j'ai entamé la réalisation de l'acte. J'avais prévenu mes proches pour qu'ils ne s'inquiètent pas de mon comportement étrange. L'un des sentiments que j'ai éprouvés, c'est de la peur à l'égard de ma mère. Une peur qui a perduré tout au long de l'acte.

En plein tourbillon de peur et de haine, j'ai pris un train pour Barcelone sans rien dire à personne. Le voyage a été interminable. Près de Valence, une tempête a abattu la caténaire et, après plusieurs heures de blocage, des autobus de la compagnie Luz ont été mis à notre disposition pour la suite du voyage. Mes plans ont été quelque peu contrariés et j'ai dû me loger dans une pension. Je n'ai pas osé sortir. J'avais peur de tomber sur des membres de ma famille élargie qui vivent dans le coin et sur toutes les personnes que j'ai connues dans ma vie. J'avais peur qu'on me voie dans cet état troublé. Dans mes délires, je voyais des brûlots où figurait mon visage, collés aux façades. Je suis sorti pour régler quelques affaires en me cachant derrière un journal, terrifié.

Le lendemain matin, lucide et décidé, j'ai loué une voiture et je me suis rendu dans l'un des cimetières de Barcelone. À mon arrivée, j'ai garé la voiture et j'ai commencé à chercher l'"adresse" en faisant tinter les clés. Au fur et à mesure que je m'approchais, la tension augmentait. Quand je suis arrivé au bon endroit, j'ai failli m'effondrer, car le nom inscrit sur la pierre de la niche n'était pas celui de don Ramón. Ce moment de panique n'a été que de courte durée car, en m'approchant davantage, je l'ai vu, inscrit sur un côté de la pierre. Plusieurs personnes étaient enterrées là, notamment sa femme et une enfant très jeune. Je leur ai demandé pardon pour ce qui allait se produire, car elles n'avaient rien à voir là-dedans, puis je me suis positionné au-dessus de la gravure centrale de la pierre, qui représentait la tête sanglante d'un Christ couverte d'une immense couronne d'épines. C'est ce portrait qui a pris les traits de mon vieux maître, et c'est lui que j'ai visé.

Il m'est difficile de décrire ce qui s'est produit en moi, car j'ai été submergé d'émotions. J'ai dû parfois m'éloigner, car il y avait des gens qui déambulaient dans ma direction. Pendant un long moment s'est tenu à quelques mètres de là un enterrement, durant lequel ont été versés des torrents de larmes.

Je crois que tout ce que j'avais à lui dire a été dit. Tout ce que je pouvais lui reprocher, je lui ai reproché. Pendant cette longue rencontre me sont revenus beaucoup de souvenirs d'enfance, qui ont été mis au jour et éclaircis. Entre mes larmes et mes cris étouffés sortaient des insultes, qui plus est en français : "Salopard !"

Plus tard, je suis monté sur des marches pour être à sa hauteur et j'ai badigeonné la pierre de mes excréments. Je crois que je disais en même temps : "Tiens ! Prends ça !" Miracle, presque en face de sa niche se trouvait une petite fontaine munie d'un robinet. J'avais dans mes affaires des chiffons et des produits de nettoyage et j'ai tout lavé avec soin.

Ensuite, à la main et armé d'un bâton, j'ai gratté la terre jusqu'à faire un trou dans le parterre, au pied de la niche. J'y ai placé une plante en fleur que j'avais achetée la veille et je l'ai arrosée copieusement avec l'eau de la fontaine. Puis j'ai fait quelque chose qui n'était pas prévu. Je suis retourné à la voiture et je l'ai garée au plus près de la niche. J'ai ouvert les portières et choisi un morceau. C'était *La Pavane* de Fauré, jouée à la guitare. La musique a envahi la tranquillité qui planait sur le lieu à ce moment-là et j'ai senti qu'elle traversait l'atmosphère jusqu'à l'infini. Mentalement, j'ai ôté la couronne d'épines de la tête de don Ramón pour nous soulager, lui et moi, de cette relation cruelle qui nous unissait à la vie, et j'ai senti le calme et la lumière qui s'installaient dans ce coin de montagne de Barcelone.

Ensuite, j'ai conduit jusqu'au village où je suis né et où j'ai passé mon enfance, Maldá, une commune de trois cents habitants à l'intérieur des terres catalanes. J'ai garé la voiture au centre du village. Il n'y avait pas âme qui vive dans les rues. J'ai fait un tour. Je suis passé devant l'église, la vieille école en ruine, la mairie, le vieux château… Et c'est là que j'ai vu le premier homme, celui qui avait été préparé pour moi afin d'accomplir cet acte. Je l'ai tout de suite reconnu et mon cœur a bondi de joie. Mon père avait longtemps travaillé pour lui comme journalier. Il était accompagné d'un jeune homme.

Je me suis approché de lui, je me suis présenté comme un fils du village qui l'avait quitté enfant et qui n'était pas revenu depuis longtemps. Je lui ai demandé qu'il me prenne dans ses bras, qu'il m'accueille comme un enfant du village. Il a accepté et m'a embrassé avec force. Je lui ai rendu son étreinte. Lorsque nous nous sommes lâchés, il s'est mis à pleurer d'émotion et j'en ai été très surpris. Ça a été un moment très intense. Derechef, il m'a invité chez lui. Il vit dans une très belle maison, peut-être la plus grande du village. Il m'a présenté sa famille et m'a fait visiter son foyer. À ma grande surprise, il m'a raconté qu'il y a bien des années, don Ramón et sa famille avaient loué une aile de la maison. Il m'a parlé de la mort de don Ramón et de sa femme, puisqu'ils se connaissaient bien, et des personnes qui étaient allées à l'enterrement. Il m'a dit que mon père, lorsqu'il était maire, avait fait construire une nouvelle école avec un logement pour don Ramón, mais le logement ne lui plaisait pas du tout. Il aurait préféré rester vivre là, où nous nous trouvions alors, et il semblerait qu'il ait été obligé de déménager. J'en ai déduit que c'était là la cause de l'animosité entre mon père et le maître. J'ai été très surpris par cette situation, par le fait que don Ramón, que je venais de libérer, à cent kilomètres de là, me montrait désormais la belle et vieille maison où il avait vécu. Je suis resté là quelques heures et à la nuit tombée, j'ai pris congé. Je me suis de nouveau retrouvé devant le château de Maldá, qui domine une vaste plaine qui rougeoyait alors dans la lumière du crépuscule. Debout, face à l'horizon, j'ai su qu'une page de ma vie avait été tournée pour de bon.

Je suis sorti du village et j'ai emprunté une route sinueuse qui, quelques kilomètres plus loin, débouche sur l'autoroute de la Méditerranée. À minuit, j'ai fait une courte halte dans un hôtel routier près de Valence. Dans le vestibule, j'ai remarqué un grand cylindre vitré qui tournait lentement sur son axe et, à l'intérieur, un immense lion empaillé en position de saut, griffes déployées et gueule ouverte. Au pied se trouvait un écriteau portant

l’inscription “Je m’appelle Simba, j’étais l’un des plus grands lions d’Afrique dans les années…”, etc.

J’ai bu un verre et je suis ressorti. L’image de ce lion est restée gravée en moi.

Merci.

de Silvio (quarante-six ans)

Lettre 35

L'acte est destiné à me faire sortir de la féminité négative associée à la maternité… J'associe fortement la grossesse à la maladie, à tout ce qui est lié à la lune, aux sautes d'humeur, à la dépression, au mauvais caractère, etc.

À l'avenir, cette vision pourrait nuire à l'enfant que nous voudrions avoir, car il pourrait être rejeté par mon compagnon.

Pendant une journée, je devais m'attacher un coussin sur le ventre, dans lequel j'aurais mis une langouste et un fruit (une mangue ou un melon). Il devait être fixé par un bandage couleur chair.

Sur mon corps, je devais placer des images de femmes enceintes, en train de pleurer, malades, tristes, etc. J'allais écrire une lettre expliquant pourquoi je ne voulais pas d'enfants. J'y exprimerais les souffrances que j'éprouve : les enfants meurent sur les champs de bataille, tombent malades, et on ne cesse plus jamais de souffrir jusqu'à la fin de sa vie. Ils n'apportent que du malheur, etc. Il fallait aussi que j'attache cette lettre sur moi.

Durant tout ce temps, j'irais mal. Je serais en colère, je pleurerais, je répéterais que je ne veux pas souffrir, que je ne veux pas d'enfants, que je ne veux pas être mère, etc.

À la fin de la journée, j'irais dans la forêt, je couperais le bandage, j'ôterais le coussin et tout ce que je porte sur moi. Je crierais que je ne veux plus souffrir et j'enterrerais le tout. Je partirais en pleurant. Pendant une journée, je pleurerais la mort de mon enfant. À la fin de la journée, je retournerais au bois. Je récupérerais tout ce qui était enfoui pour le brûler et j'emporterais les cendres à la maison.

Je dirais à mon compagnon que je l'aime, que je veux un enfant de lui et qu'il me donne sa semence. De sa bouche à la mienne, il ferait passer un

bonbon rouge.

Puis, immédiatement, avec une partie des cendres et de l'argile, je confectionnerais un bébé.

Je le mettrais ensuite dans un sac de couleur rose et j'y placerais aussi des pétales de rose. Je le fixerais à mon ventre et le garderais là trois jours.

Mon compagnon et moi irions à l'Alhambra. Habillés de vêtements colorés, une rose à la main, nous danserions une valse dans chaque salle visitée.

Nous dirions aux gens que nous attendions un enfant, et que c'était une danse de joie. Une partie des cendres serait jetée dans un cours d'eau. L'autre serait mise dans des ballons colorés gonflés à l'hélium pour qu'ils montent au ciel.

Après ces trois jours, je mettrais le bébé avec son sac dans un très joli vase qui doit pouvoir se fermer. Une fois enceinte, je devrais porter le bébé d'argile à la Vierge. Je devrais la remercier de me confier l'enfance et l'adolescence de cette âme.

Réalisation de l'acte : mercredi matin, vers 7 h 45, je me prépare. J'attache le coussin avec la langouste et la mangue, je m'habille tout en noir, avec un tee-shirt et un pull en laine.

J'avais collectionné des images et des photos de femmes enceintes, en train de pleurer, de vomir, souffrant d'allergies, portant des cicatrices sur le ventre, de toutes les couleurs de peau. J'entre rapidement dans un état d'esprit négatif. Je les place contre moi, sous les vêtements.

Je commence à écrire la lettre. Désinhibée, sans obstacles, j'exprime le pire de moi-même. C'est une lettre horrible, macabre.

Au début, c'est tout l'égoïsme qui ressort. J'écris que je vais souffrir parce que je vais me sentir horrible pendant la grossesse. Comme si avoir un enfant faisait ressortir tout mon narcissisme. Puis j'écris toutes les façons de mourir qui me viennent à l'esprit et la souffrance que ces morts

provoquent en moi : guerre, assassinat, suicide, maladie, faim, avortement, etc.

Je répète encore et encore que les enfants sont une cause de souffrance.

Peu à peu, je retourne la situation et je me vois écrire les choses à l'envers, c'est-à-dire que ce sont eux qui me font du mal : ils me tuent, ils m'abandonnent. Quand je n'en peux plus, je m'arrête. J'ai mal à la tête. Je mets la lettre dans mes sous-vêtements.

Je sors de la chambre et je répète plus ou moins ce que je viens d'écrire. Je me mets à faire le ménage. Je me plains sans cesse de la vie si difficile que je mène. Je me dis que je ne mérite pas ça. Je deviens martyre. Je ressens une dynamique que je connais très bien, que j'ai vécue dans d'autres relations. Je renforce cette sensation en nettoyant sans méthode. Je vais de-ci de-là sans jamais cesser de me plaindre.

Au bout de quelques heures, je suis épuisée, je retourne dans la chambre. Je suis complètement déprimée. Je m'étends sur le lit et je me mets à pleurer. Mon mal de tête s'intensifie. Je ressens de l'agressivité et j'appuie sur mon ventre. La langouste a commencé à se décongeler et craque. La mangue est descendue et ressemble à la tête d'un enfant. Je dois me lever pour vomir. Je passe la journée ainsi.

À 18 heures, je sors. Je vais dans la forêt. Je coupe le bandage et je crie que je ne veux plus souffrir. J'enlève tout et je l'enterre.

De retour, je commence à dire que mon enfant est mort. Des larmes me viennent, mais j'ai un sentiment contradictoire : en même temps, je me sens libre. La langouste commençait à sentir mauvais et à mouiller mes vêtements.

Je poursuis ma route dans cet état d'esprit. J'ai l'impression d'être folle. J'ai des idées suicidaires. Je crois que c'est normal, je ne les nourris pas. J'arrive à la maison, je me douche, je continue de sangloter mais sans larmes.

Le jour suivant, en me levant, je continue à pleurer. Je me mets à genoux, je me lamente et je répète sans arrêt : “Mon enfant est mort.” Mes sanglots restent sans larmes, ce qui m’inquiète. Je me vois de l’extérieur. Je me vois comme une femme juive à qui on a enlevé ses enfants. Une femme arabe : son fils est mort à la guerre. Une femme éthiopienne : son enfant est mort de faim. Je suis épuisée.

À 17 heures, je retourne dans la forêt. J’exhume tout. Je cherche un endroit pas trop loin des sites de barbecue. J’ai apporté une bouteille d’alcool pour accélérer l’incinération. Je fais tout brûler. Les vêtements brûlent bien, mais la langouste et la mangue non, et le feu finit par s’éteindre. J’ajoute des feuilles et des petites branches mais ça ne prend pas. J’y ajoute tout ce que j’ai d’inflammable dans mon sac. Rien. J’ai l’idée de récupérer des chiffons de la moto, de les tremper dans l’essence et d’y mettre le feu. Mais ce geste ne fait que noircir un peu plus l’atmosphère. J’enlève mon tee-shirt, je recommence. Impossible. La mangue reste entière. Je me demande pourquoi elle ne brûle pas. Je ne trouve pas de réponse logique. Je vais au village, j’achète des journaux et de l’alcool. Lorsque je reviens, il fait nuit. Je récupère tout. Trois heures ont passé. Je me dis que je vais échouer.

Je vais au bureau où je travaille, je vide le poêle du bois qui s’y trouve et je réessaie. Pendant que je prends le chemin pour rentrer (ma maison est à côté du local), je m’allonge au sol car je me sens très mal. Toutes mes pensées sont très négatives. Je commence à délirer comme quand j’ai de la fièvre ; un moment passe, je ne sais pas exactement combien de temps. Je retourne au bureau et je récupère les cendres. Le lendemain, je vais acheter un sac rose et des fleurs roses. Les roses sont d’une couleur intense, j’adore !

Je veux aller bien. J’enfile une tenue colorée et je me maquille. Après deux jours sans, c’est un plaisir. Je prépare la chambre où nous dormons, mon compagnon et moi. Je fais brûler de l’encens, je mets de la musique

douce, je l'appelle au téléphone. Lorsqu'il arrive, je lui dis que je l'aime et que je veux un enfant. Qu'il me donne sa semence. Nous nous étreignons, je ressens une grande émotion. Puis il fait passer de sa bouche à la mienne deux bonbons rouges et il me dit : "Des jumeaux !" Il rit. Nous nous étreignons de nouveau. Il s'en va. Les pensées se bousculent dans ma tête. Je me demande quoi faire : un bébé, deux ? Je ne veux pas me sentir mal dans ce moment si spécial, je me concentre et je travaille l'argile. Je mélange un peu de cendres avec et je commence à profiter.

Le bébé est terminé. J'y ai mis beaucoup d'application et d'amour, je le trouve très beau. Lorsque je le mets dans le sac avec les pétales, c'est un moment réellement magique et je me mets à pleurer de nouveau, mais cette fois-ci, ce n'est pas de la tristesse. Je le mets sur mon ventre et je l'attache avec un foulard coloré.

L'après-midi, mon compagnon et moi allons à l'Alhambra. Nous avons le trac. C'est une après-midi splendide, nous visitons d'abord le Generalife. Dans chaque salle, nous dansons la valse, comme prévu. Nous disons aux autres visiteurs que nous allons être parents et que c'est une joie, on nous félicite. Nous faisons plusieurs pas dans chaque salle puis nous passons à la suivante, l'allégresse nous envahit et je me laisse porter.

Le samedi, je jette les cendres dans le Guadalquivir. Le dimanche, je remplis les ballons d'hélium et je les envoie au ciel avec l'autre partie des cendres.

Durant les jours que je passe avec le bébé fixé à mon ventre, mon esprit et mon corps se concentrent sur lui. J'essaie de me sentir bien, mais je ressens de fortes vagues de paranoïa, je pense à tout ce que j'aurais pu mal faire. Je comprends que mon inconscient essaie de se révéler.

Le jeudi, je vais acheter le vase. Il est vraiment beau, bleu avec des ornementations couleur cuivre et argent. Je place le bébé à l'intérieur avec le sac et je lui fais mes adieux.

À présent, j'espère tomber rapidement enceinte. Je retourne voir don Alejandro : il me dit que pour obtenir ce que je souhaite, je dois cesser de haïr l'homme qui m'empêche d'avoir une relation saine. Le problème vient de mes parents, car ils souhaitaient avoir un fils. Il vient aussi de moi : pour leur faire plaisir, j'ai voulu être le garçon qu'ils n'ont pas eu. Je suis la benjamine de cinq filles. C'est pour cela que je ne me suis pas incarnée dans mon corps de femme et une partie de l'acte était consacrée à cela.

Je devais aller sur la tombe de mon père habillée en garçon. Je devais aussi mettre dans un caleçon une banane et deux œufs. Devant la tombe, je dirais : "Je t'apporte là ce que tu as voulu que je sois." Je sortirais les œufs et je les écraserais sur la tombe, la banane aussi. Puis je me déshabillerais et je mettrais une robe colorée et des chaussures à talons. Je brûlerais les vêtements de garçon. Je nettoierais les restes d'œufs et de banane et je mettrais les cendres dans une jolie plante que je laisserais là-bas.

Une partie symbolique des cendres serait conservée pour être ensuite bue dans un verre de vin. Puis j'irais manger avec ma mère. C'est moi qui apporterais le repas. Je porterais ma robe colorée. J'apporterais de la viande de cerf, qui représente ma chair. Du vin, mon sang ; le raisin, la transformation et mon essence de femme. Nous devrions préparer le repas ensemble puis le manger. Je boirais les cendres dans le vin.

Vers 15 heures, j'étais au cimetière. J'ai mis beaucoup de temps à trouver la tombe de mon père. On m'avait donné l'ancien emplacement, et j'ai dû appeler ma mère.

Ici, j'ai commis une erreur. J'aurais dû porter des vêtements de garçon et je ne l'ai pas fait parce que j'ai pensé qu'il me faudrait peut-être aller poser des questions à la réception du cimetière, et je ne voulais pas porter ces habits avant d'être certaine de trouver la tombe. Je me suis rendu compte de mon erreur et je me suis habillée.

J'ai fait ce qui était prévu, et quand je me suis trouvée devant lui, je lui ai dit : "Je t'apporte là ce que tu as voulu que je sois !" J'ai écrasé les œufs

et la banane. J'ai craint de casser la vitre de la niche, car je n'ai pas contrôlé ma force. Je sentais une énergie très grande autour de moi.

J'ai ôté les vêtements pour enfiler la robe et mettre les chaussures à talons. J'ai tout brûlé et nettoyé la vitre. J'ai mis les cendres dans une jolie plante, qui donnait des fleurs roses.

J'ai attendu jusqu'à 21 h 15 avant d'aller chez ma mère. Quand elle m'a vue, elle m'a dit que j'étais très belle. Je portais une robe rouge avec une épaule dénudée, des talons hauts et un peu de maquillage.

Nous avons cuisiné ensemble. Pendant le repas, j'ai dû cacher mon verre de vin, car les cendres avaient pris la forme de petites boulettes qui flottaient à la surface. De plus, ma mère vérifiait la quantité de vin que je buvais. Chaque fois qu'elle allait en cuisine, je devais avaler le vin à grandes gorgées et la reremplir sans qu'elle s'en aperçoive. Lorsque nous avons commencé à manger, elle m'a demandé si j'allais lui annoncer que j'étais enceinte. Elle pensait que j'étais là pour ça, et que j'étais allée au cimetière pour cette raison. Elle m'a dit qu'avoir des enfants était la meilleure chose qui pouvait arriver dans une vie, mais qu'à partir de ce moment-là on ne cesse de souffrir… Je lui ai demandé comment ça s'était passé pour mes sœurs et moi. Elle m'a raconté des anecdotes sur ses grossesses et sur notre enfance. Comment elle avait accueilli la nouvelle chaque fois qu'elle était tombée enceinte, et comment s'étaient passées les naissances.

Cette conversation a été révélatrice et j'étais très émue.

À la fin du repas, elle m'a offert un pyjama. Il était cousu d'un petit lapin, d'un petit chien et d'un petit chat. Très enfantin. Elle m'a aussi offert une rose qui devenait une culotte rouge lorsqu'on séparait la fleur de la tige, ainsi qu'une culotte normale.

Je suis rentrée chez moi le lendemain. Quand je suis arrivée à Grenade, je me suis dit que ces cadeaux avaient une telle valeur symbolique que je

devais en faire quelque chose. Ils représentaient tout ce qu'elle m'avait transmis.

J'ai dormi avec le pyjama, la rose et la culotte pendant quatre jours. Puis je les ai brûlés. J'ai mis une partie symbolique des cendres dans un verre de lait, que j'ai bu. Le reste, je l'ai dispersé au pied d'un olivier que j'avais planté. Après cet acte, j'ai ressenti plus de force et d'énergie, plus d'envie d'affronter la maternité.

Sarah

Lettre 36

Catherine, quarante-neuf ans, j'ai réalisé l'acte suivant pour me guérir de mon embonpoint, qui découle d'un gros complexe intellectuel. Mes grands-mères étaient analphabètes ; ma mère peut lire et écrire, avec difficulté. Mon complexe me pousse à éprouver une grande haine à l'égard des personnes de mon entourage, qui prend la forme d'envie, de vulgarité et de hargne, entre autres. Après l'une de ces manifestations de violence, je me sens mal.

L'acte psychomagique : je dois fermer mon compte bancaire chez Caja Madrid (ville où je suis née). Me fabriquer un corps de femme obèse et coudre l'argent à l'intérieur. (Ma mère pesait environ quatre-vingt-dix kilos à mon âge.) Vêtue de ce corps obèse, je dois visiter les lieux de mon enfance et acheter neuf kilos de viande, que j'offrirai à ma mère, et j'en mangerai une partie avec elle. Je laisserai le corps de grosse dans la chambre que j'occupais lorsque je vivais avec mes parents. Je dirai à ma mère, en prenant congé, que la viande lui appartient. Je dois aller à la Ciudad Universitaria de Madrid, choisir un cours, acheter les livres correspondants et les étudier pendant vingt-quatre heures d'affilée. Après avoir fabriqué un faux diplôme, je retournerai, vêtue d'une toge, à la Ciudad Universitaria pour le recevoir des mains d'un complice. J'achèterai ensuite un uniforme d'hôtesse de l'air de la compagnie Iberia et, après l'avoir enfilé, j'achèterai des cadeaux pour mes amies avec l'argent que je porte cousu sur moi. Enfin, je dois rentrer chez moi avec le diplôme, l'uniforme et les cadeaux que je donnerai à mes amies.

Réalisation de l'acte : il n'a pas été très difficile de fermer mon compte bancaire. En revanche, j'ai eu du mal à ne pas dépenser l'argent, j'avais soudain envie de tout acheter. Essayer le corps et les sous-vêtements de

grosse a fait ressurgir en moi beaucoup de souvenirs, je me sentais parfois triste, parfois très susceptible avec mon entourage proche. J'ai visité les lieux les plus importants de Vallecas (le quartier de Madrid dans lequel je vis). Chaque fois que je voyais mon reflet dans les vitrines, je sursautais ; sur mon visage sont apparus, tout au long de la journée, les traits de haine et de peur que je voyais sur la figure de ma mère.

La maison dans laquelle je suis née existe toujours, mais elle a été rénovée. L'escalier de pierre du jardin est recouvert d'une sorte d'asphalte rougeâtre. Lorsque j'ai reconnu la rambarde en fer, je me suis rappelé mes jeux d'enfants sur ces marches.

J'ai essayé de visiter l'intérieur de la maison. Aujourd'hui y vivent un pêcheur, sa femme et son fils. La propriétaire actuelle, une grosse femme à lunettes, m'a fermé la porte au nez. Même si j'ai compris qu'il était logique qu'on ne me laisse pas entrer, ce refus violent m'a fait monter les larmes aux yeux.

J'ai raconté à une jeune femme, voisine du bâtiment, que j'étais née là. En me voyant pleurer, elle m'a répondu d'une voix très douce : "Votre mère est morte, n'est-ce pas… ?"

J'ai pris cette phrase comme un bon augure.

En passant devant la pâtisserie *Bella Luz*, une femme a rivé ses yeux sur moi. Je suis entrée pour me souvenir des gâteaux que j'achetais là enfant, mais j'en suis rapidement ressortie, car l'endroit était devenu un café et l'intérieur était bondé.

Je suis allée en métro jusqu'au Rastro de Madrid, quartier où se trouve la rue Humilladero, et je me suis ainsi imprégnée de l'ambiance du quartier le plus populaire de la ville. Le bâtiment où se trouvait la boucherie existe encore, c'est aujourd'hui une boutique de matériel électronique, ce qui m'a aussi semblé de bon augure. J'ai acheté neuf kilos de viande dans un marché qui se tient dans cette même rue. Fatiguée et étourdie par la chaleur, je me suis assise sur un banc ; la femme qui était assise sur le banc d'à côté

était infirme. *Mon handicap intellectuel*, me suis-je dit. De temps en temps, cette femme se levait pour faire quelques pas, lentement. J'ai remercié Dieu de ne pas me trouver dans le même état physique que cette femme et j'ai quitté ce quartier qui me rappelle tant de mauvais souvenirs. Le jour suivant, j'ai apporté la viande chez ma mère, j'en ai mangé un peu avec elle, et encore un peu avec ma sœur, mes nièces (les filles de ma sœur) et ma fille. Dans la nuit, je me suis sentie mal. Peut-être que je n'aurais pas dû manger cette viande à la même table que la génération suivante. J'ai eu le sentiment d'être responsable de l'obésité de ma fille, de son regard triste et de ses grands yeux couleur miel enfouis dans une énorme masse de chair. Le lendemain, j'ai pris congé de ma mère en lui disant que la viande qui était dans le frigo était à elle. Elle m'a remerciée.

Ensuite, j'ai pris un taxi jusqu'à la Ciudad Universitaria. Je n'ai pas précisé où exactement. Je n'y étais jamais allée. Pour moi, c'était un repaire d'étudiants, qui n'a rien à voir avec Vallecas, d'où je viens. Le taxi m'a laissée devant la faculté des sciences de l'information. J'ai compris que j'y trouverais l'inspiration sur la formation à suivre. J'ai demandé un catalogue au secrétariat et j'ai consulté la section sur les sciences de l'information. J'ai tourné tranquillement les pages jusqu'à tomber sur "philologie hispanique" et j'ai senti que c'est ce que je devais faire. J'ai pensé à ma nièce et filleule, Laura, la plus jeune des quatre enfants de mon frère aîné. Elle est la seule à avoir suivi des études universitaires, et elle est diplômée en philologie hispanique. Je me suis rendu compte du parallélisme qui existe entre la composition de la famille de mon frère et celle qui fut la nôtre il y a trente ans. Une fille, puis deux garçons, et la dernière, Laura, qui comme moi n'était pas désirée. Mon frère Manolo a été le seul à m'encourager à étudier pendant mon enfance. J'ai pensé qu'il avait peut-être fait la même chose avec sa benjamine.

Pendant mes vraies études, j'avais préféré les lettres aux sciences à la fin du secondaire. Sans hésiter, je me suis rendue à la faculté de lettres et j'y

ai acheté les livres du programme.

J'ai étudié pendant vingt-quatre heures d'affilée. La nuit blanche a été difficile. J'avais mal au ventre à cause des litres de boissons énergisantes que j'avais avalés et j'ai eu peur de tomber malade.

La nuit suivante, en revanche, j'ai dormi comme une fleur. Je me suis réveillée avec une énergie incroyable, et j'ai parfois eu l'impression d'être une vraie universitaire. J'ai acheté la tenue que je devais porter pour recevoir le diplôme que j'avais moi-même fabriqué et, tranquillement, je me suis promenée, heureuse, dans la Ciudad Universitaria de Madrid.

Devant la faculté de lettres, j'ai enfilé la toge et l'écharpe bleue. J'avais emporté mon appareil photo pour pouvoir demander à quelqu'un de me photographier au moment où je recevrai le diplôme, mais l'appareil n'avait plus de pile. Je l'ai rangé, comprenant que cet acte ne devait être que pour moi. Je n'avais pas voulu choisir à l'avance la personne qui allait me donner le diplôme. Je suis entrée dans le bâtiment et j'ai attendu que quelqu'un arrive. J'ai demandé à deux passants de me donner le papier en leur disant : "Je suis en train de faire un acte psychomagique, voulez-vous bien me remettre le diplôme, s'il vous plaît ?" Ils ont pris un air apeuré, sans même me regarder, alors j'ai reformulé plus simplement ma demande, "Est-ce que vous pouvez me tendre ceci ?", tout en montrant la feuille de papier.

Un homme bien habillé m'a tendu le diplôme sans rien dire. Je l'ai remercié et je suis partie.

Pour trouver un uniforme d'hôtesse de l'air, je suis allée à l'aéroport. Là-bas, on m'a indiqué où ils étaient fabriqués. Malgré toutes mes tentatives, je n'ai pas réussi à en acheter un : Iberia donne à ses employés des bons qu'ils échangent à la boutique contre leur uniforme. Je suis allée là-bas et j'ai dit que j'avais besoin d'un uniforme pour ma fille. Ils m'ont répondu que c'était compliqué, que s'ils me le donnaient, ils risquaient leur emploi. L'euphorie que j'avais ressentie s'est transformée en pessimisme

lorsque je me suis rendu compte que je n'allais peut-être pas pouvoir terminer l'acte. Cependant, une jeune femme qui avait écouté mon récit m'a donné le numéro de téléphone de la personne responsable des uniformes dans les entrepôts d'Iberia.

J'ai préféré aller voir la responsable en personne : au téléphone, il lui aurait été plus facile de refuser. Je me suis perdue dans le complexe industriel de l'aéroport. Soudain, mes yeux sont tombés sur un camion où était inscrit, en capitales immenses, "SIMON". Il n'y avait pas d'autre inscription qui précisait l'activité de l'entreprise propriétaire du camion. Mon mari s'appelle Simón et j'ai compris que c'était un message de sa part, qu'il voulait me dire de ne pas baisser les bras.

Lorsque je me suis trouvée en face de la femme qui était en mesure de m'aider, j'ai remarqué que j'avais la bouche sèche. Je lui ai raconté la même histoire sur ma fille, en la regardant droit dans les yeux et en y mettant bien plus de conviction que la première fois. De fait, je parlais de mon enfant intérieur, de mon matérialisme (surpoids), de mes complexes adolescents, de mon besoin d'obtenir l'uniforme. Mon récit a touché cette femme, à tel point qu'elle m'a fait signe de la suivre sans un mot. Nous avons traversé une cour avant d'entrer dans de vieux entrepôts, où j'ai demandé ma taille. Sur la housse qui protégeait l'uniforme figurait le numéro de contrôle, le 14, un bon chiffre pour moi. Il ne restait plus d'accessoires. J'ai demandé à la femme combien je lui devais. Elle m'a répondu que la seule chose qu'elle désirait, c'était que je lui donne de mes nouvelles plus tard. Uniforme en main, j'ai senti que je pourrais obtenir facilement les accessoires manquants. La sympathie et l'amabilité des hôtesses de l'air d'Iberia m'ont beaucoup aidée : elles m'ont offert des gants, le mouchoir et le sac de voyage sans difficulté. J'ai pensé que si ma vie avait suivi cette voie, mes névroses auraient elles aussi été différentes, ou du moins j'aurais eu meilleur caractère, j'aurais éprouvé moins de haine. Je suis allée acheter la sacoche, le seul élément que je n'avais pas réussi à

obtenir ; j'ai été attirée par le nom d'un parfum, L'Heure bleue, et je l'ai aussi acheté pour l'étrenner le lendemain, jour de mes quarante-neuf ans.

Ravie et irradiant de joie, je suis sortie dans la rue vêtue de mon uniforme. J'ai passé la journée à acheter des vêtements à mes amies. Au *Corte Inglés*, un jeune homme m'a prise pour une vendeuse ; lorsque je lui ai répondu que je ne travaillais pas là, il s'est excusé en me disant qu'il n'avait pas vu que j'étais hôtesse de l'air. Même si je savais parfaitement que j'étais en train d'accomplir un acte psychomagique, le fait qu'on me prenne pour une hôtesse de l'air m'a grisée quelques instants.

Le jour de mon retour à la maison, je suis retournée au *Corte Inglés* dans la matinée pour acheter les derniers cadeaux avec l'argent qu'il me restait. Je suis tombée sur ma sœur, qui ne m'a pas vue. Je serais bien allée l'embrasser, mais je n'avais pas envie de m'expliquer, ni de créer de la confusion avec cette histoire d'uniforme. En la voyant, je me suis demandé : *La réalisation de cet acte me rapproche-t-elle de la fraternité ?*

Comme prévu, je suis rentrée à la maison avec le diplôme, l'uniforme, les cadeaux et le sentiment d'avoir vécu des moments magiques.

J'ai cessé de haïr tout le monde. J'ai commencé à perdre du poids.

Catherine

Lettre 37

Objectif : née au sein d'une famille pauvre, de parents analphabètes, fille d'une mère célibataire, prostituée, danseuse et chanteuse, je n'ai jamais connu mon vrai père. Enfant, je n'ai eu comme modèle qu'un grand-père alcoolique qui me dédaignait et m'ignorait, et les hommes qui fréquentaient ma mère (méprisants et vulgaires). Pour me protéger de toute cette absence d'amour et de l'ambiance inhumaine dans laquelle j'ai grandi, j'ai vécu dans une bulle, hors de la réalité. Comme je n'ai pas voulu accepter mes origines ou suivre le même chemin que ma mère, je suis devenue une personne complètement obsédée par la propreté et l'hygiène. J'ai voulu être pure et immaculée. Ma mère est douée d'une grande énergie vitale. De peur de lui ressembler, j'ai rejeté de mon être cette énergie vitale et tout ce qui est joyeux : je suis triste et éteinte. Pour sortir de moi cette énergie, j'ai réalisé il y a deux ans une sorte d'acte psychomagique. Pendant trois jours, j'ai imité ma mère ; j'ai chanté, dansé et séduit des hommes (de fait, toute ma vitalité s'exprime dans la danse, j'adore danser et je danse bien). Bien que j'aie trente-neuf ans, je continuais à être une petite fille en quête d'un père qui me donnerait tout l'amour que je n'avais pas reçu et qui emplirait tout ce vide que je ressens en tant que femme, une petite fille qui demande qu'on s'occupe d'elle. Mon mariage a été un échec, et j'ai échoué aussi en tant que mère. Ma fille était en train de devenir une copie de moi-même et de ma mère. Elle se plaignait tout le temps et, malgré son jeune âge, elle avait un rapport malsain au sexe. La prostituée que j'ai eu peur de devenir s'exprimait à travers ma fille.

Pour m'aider à surmonter ce blocage et libérer ma fille de cette charge, je dois accomplir l'acte psychomagique suivant : pendant trente-neuf jours (car j'ai trente-neuf ans), je dois me vêtir comme une petite fille, toute en

blanc, sous-vêtements compris, qui devront aussi être en taille enfant. Je porterai aussi des gants en latex blancs et un masque sur la bouche (pour symboliser mon obsession à l'égard de l'hygiène et la peur d'être contaminée) ; je m'attacherai les cheveux très serrés, je mettrai beaucoup de parfum et de la poudre sur mon visage (pour représenter une sainte). Je me collerai des cheveux dans la paume des mains pour symboliser ma paresse. J'irai ensuite mendier auprès des hommes en leur demandant "papa, emplis-moi" et "papa, donne-moi la féminité".

Une fois les trente-neuf jours passés, j'enverrai une lettre à mon père en écrivant sur l'enveloppe "Monsieur Père absent. Ville de moi-même. Conscience Universelle" et je la signerai de mon sang. Je la mettrai dans une boîte postale de mon village natal, toujours habillée de vêtements de petite fille.

Le lendemain (jour de mes quarante ans), je m'habillerai normalement. J'irai enterrer tous les habits portés durant l'acte, à l'exception d'un bout de tissu de la jupe, que je garderai pour la fin. Une fois le tout enterré, je ferai pipi dessus et j'y mettrai une fleur. Je quitterai ce lieu pour ne jamais y revenir. Le morceau de tissu conservé sera cousu dans une jupe que je confectionnerai moi-même.

Déroulement de l'acte : lorsque j'ai enfilé les vêtements de petite fille, des souvenirs d'enfance sont remontés. En me coiffant, je voyais ma mère me brosser les cheveux en les tirant en arrière pour me faire une queue de cheval très haute et en y mettant beaucoup d'eau de Cologne. Lorsque je me suis vue habillée pour l'acte, j'ai eu l'impression d'être un monstre. Je suis entrée dans mon personnage de petite fille triste, recroquevillée et toujours de mauvaise humeur, au regard perdu, isolée et fermée aux autres. Je me suis rendu compte qu'il s'agissait là de mon comportement habituel.

J'ai pris conscience que toute mon obsession à l'égard de la propreté, mon envie d'être *blanche et immaculée* vient du fait qu'au fond, je me sens très sale. Il y a eu des jours durant lesquels je me suis sentie si sale que tout

le corps me démangeait, je n'étais pas bien, je ne supportais pas de vivre dans cette enveloppe charnelle. Je me dégoûtais. À tel point qu'un jour, avant de me coucher, j'ai eu le sentiment que mon corps était plein d'une eau sale et grasse. J'étais pleine de cette eau jusqu'au cou. Je me suis rendu compte que toute l'ardeur dont je faisais preuve pour contrôler et cacher ce que je suis réellement et d'où je viens m'a empêchée de sortir cette eau et de laver mon corps.

C'est au moment d'aller mendier auprès des hommes que j'ai ressenti la plus grande résistance. L'orgueil et la honte ont pris possession de moi. D'une certaine façon, je ne voulais pas affronter ma réalité et j'ai été sur le point de saboter l'acte. Pour me donner du courage et le mener à bien, j'ai pensé à ma fille. Je devais sortir de mon égoïsme. Comme je n'avais pas fait grand-chose de ma vie, j'allais au moins faire ça pour elle.

Chaque fois que je mendiais en appelant les hommes "papa" et qu'ils me rejetaient, je me sentais humiliée, méprisée, une moins que rien, une ratée. Plus ils me rejetaient, plus je sentais de la haine envers eux et envers mon père. J'étais en train d'affronter ce que j'avais évité toute ma vie : avoir été abandonnée et rejetée par mon père. Je sentais que la carapace que je m'étais construite pour me protéger de la souffrance avait pris des coups. Parfois, j'allais mal, mais d'autres fois, j'ai remarqué que la partie haineuse de moi-même était contente : c'était une façon de me venger de son mépris. J'ai commencé à comprendre que c'est moi qui provoque cette humiliation et ce rejet en me comportant comme une enfant en demande d'affection. J'ai ressenti avec beaucoup de force l'absence d'amour d'un père et j'ai éprouvé par moments une grande colère. J'ai pleuré comme une petite fille.

Les derniers jours ont été insupportables. Je craignais de devenir folle, de ne pas tenir jusqu'à la fin. Je désespérais de voir que je n'étais qu'une enfant, et j'ai eu peur de rester ainsi toute ma vie. J'éprouvais avec beaucoup d'intensité mon vide en tant que femme, en tant qu'être humain. Je voyais ma fille comme une rivale et je me sentais mal en pensant à toutes

les erreurs que j'avais commises en tant que mère. J'étais très fatiguée, je n'en pouvais plus !…

Un jour, après avoir mendié et qu'on m'eut rejetée, j'ai eu un élan suicidaire profond. Dieu merci, cette folie n'a duré qu'une fraction de seconde et la lucidité est revenue. Je me dégoûtais. Je me voyais comme un animal en rut qui attend un homme pour mendier. Je sentais avec force la *pute* qui s'humilie et qui se vend à l'homme. D'un autre côté, j'étais fatiguée de demander et de ne rien recevoir.

Je me suis rendu compte que j'avais passé toute ma vie à demander l'impossible à l'homme.

La veille de mon anniversaire, je suis allée dans mon village natal pour envoyer la lettre à mon père. Avec une écriture enfantine, j'y ai décrit toutes les souffrances que m'avaient causées son absence et son rejet, et toute la douleur qu'il m'avait infligée. Je l'ai insulté. Je n'étais pas venue au village depuis longtemps et je ne me souvenais plus de l'emplacement des boîtes postales, mais à mon arrivée, je n'ai eu aucun mal à les retrouver. Je ne me sentais pas seule, je ressentais la présence d'une force qui me protégeait et me guidait. Je suis allée au centre du village (qui est pour moi le cœur de ma névrose), et j'ai mis la carte dans une boîte à côté d'un bar où il n'y avait que des hommes. Je me suis dit que c'était parfait. J'ai été surprise de voir à quel point le village avait changé. Il y avait de nouveaux magasins, de nouveaux bars et un grand nombre de maisons en construction. J'ai regardé les gens et je ne reconnaissais personne. Il y avait désormais une nouvelle génération. J'ai vu la maison de la famille de ma mère et son aspect m'a donné l'impression de quelque chose de vieux, de mort. À côté et en face, il y avait deux bâtiments récents. J'ai vu que, à l'endroit où j'avais tenu une petite boutique par le passé, il y avait à présent un funérarium. Je me suis dit que c'était bon signe.

Je suis sortie tranquillement du village, entourée d'un nuage de magie. Je venais de faire un voyage dans mon enfance pour régler mes comptes

avec mon père. J'ai eu la sensation de quelque chose de nouveau. En arrivant chez moi, j'ai pris une bonne douche.

Le lendemain, je suis allée enterrer tout ce que j'avais porté durant l'acte. Le sac dans lequel j'avais fourré les vêtements pesait lourd. C'était comme si je portais réellement une petite fille morte, qui avait été un lourd fardeau dans ma vie et qui commençait à empester. En l'enterrant, je sentais mon cœur battre à grands coups. Chaque fois que je jetais un vêtement dans la fosse, ma main se tendait pour le récupérer. Je sentais une attraction, quelque chose de diabolique. J'avais l'impression qu'elle résistait à son enfouissement. J'ai rassemblé mes forces et je me suis dépêchée. Entre deux sanglots, je lui ai demandé de me laisser en paix. Je sentais toute la souffrance que cette petite fille avait causée dans ma vie et celle des autres. J'ai uriné sur la fosse et j'y ai mis des fleurs. J'avais l'estomac sens dessus dessous et très envie de vomir. J'ai quitté ce lieu avec une sensation étrange, je me sentais épuisée.

Après l'acte, j'ai rencontré les hommes à qui j'avais demandé de me remplir et j'ai été submergée de tristesse, je me sentais mal. J'ai senti que je les avais blessés, humiliés. Je les voyais désormais différemment. Le jour de mon anniversaire, je me suis sentie aimée et respectée par ceux qui m'entourent.

Eugenia (quarante ans)

Lettre 38

Le but de mon acte était de me libérer d'un poids énorme que je ressentais au niveau du plexus solaire, un nœud de hargne et de rancœur qui polluait tous mes rapports, mais qui provenait du rôle que j'ai joué dans ma famille : aînée, enfant parentalisée surtout, pour obtenir un peu d'amour, j'ai cherché à être parfaite. Cela ne m'a valu qu'un horrible sentiment d'abus, j'ai été utilisée…

L'acte allait donc me permettre dans une première phase de me consacrer pleinement à ce rôle que j'ai toujours désespérément voulu jouer : celui de la fille plus que parfaite, celui d'une vierge au service de ses parents (je suis en outre Vierge ascendant Vierge !). L'image m'était venue comme une intuition, je me voyais blanche et triste, lavant par exemple humblement les pieds de mes parents. Cela, j'allais le faire pendant trois jours, tenant contre moi un objet métallique qui concentrerait ma rage, la poitrine bandée. J'aurais demandé à mes parents de me prendre chacun en photo au moment de me présenter à eux la première fois, et j'aurais conservé les photos. Après les trois jours, j'allais être opérée de ce mal. Cependant, juste avant l'intervention, j'allais rendre à chacun de mes parents sa photo de moi en vierge et lui dire de la garder pendant vingt-deux jours (car j'ai vingt-deux ans) avant de la brûler. Mon père devait répandre ensuite les cendres au pied d'un jeune olivier que j'ai planté et les mélanger à la terre en la travaillant, ma mère devait, elle, les répandre là où elle trouverait des iris (c'est mon prénom). Quant à moi, le lendemain de mon opération, j'allais aller brûler mon "saint accoutrement" et jeter les cendres dans un champ de blé.

J'ai donc commencé par rassembler le matériel nécessaire, j'ai même fait un essayage du déguisement et du maquillage pour que dès le

commencement de l'acte ce soit MON habit et que je n'aie surtout pas à me poser de question à ce sujet puisque dès lors ce ne serait plus ni un déguisement ni un maquillage, mais moi-même au naturel, ma "personnalité"…

À vrai dire, cela me rendait nerveuse, je tremblais et j'avais des sueurs froides. En revanche, au matin du premier jour, j'étais plus calme, je me suis préparée lentement, en m'observant dans la glace me blanchir de plus en plus le visage. J'étais déjà sous le joug d'une tristesse immense. Je me sentais lourde de peine, grave, une vierge pleurante, pleine d'obligations "morales" du style de ma grand-mère maternelle. Je me suis mis du talc sur le corps et sur les cheveux aussi, j'aimais toute cette blancheur, cette lisse et douce blancheur. Quand je me suis bandé la poitrine, je me suis donc en plus retrouvée plate et alors tout semblait glisser sur moi… Je n'appartenais plus vraiment à ce monde, j'étais ailleurs, à l'écart de tout comme je l'ai toujours été quand j'étais petite : c'est-à-dire une conscience séparée de mon corps, qui scrute le moindre détail pour que rien n'échappe à mon contrôle et ne puisse peut-être me déplaire.

J'ai placé la pièce métallique bien contre moi, là où je ressentais habituellement ma rage de manière physique. J'avais préalablement longuement serré cette pièce entre mes mains en la chargeant de toute cette haine. Puis sont venus les habits et la couronne. Quel tableau ! Je me suis encore autorisé un certain laps de temps pour me centrer avant de sortir de ma chambre. C'est quand j'ai commencé à descendre les escaliers qui me mèneraient auprès des autres personnes, ma famille, mes amis, à la confrontation des regards donc, que c'est devenu très dur. Moi qui voulais être si parfaite, je rechignais à me montrer sous cet angle puisque je savais bien que les gens ne trouveraient pas cela vraiment "parfait" !

Autrement dit, j'aurais toujours été prête à être une vierge, mais façonnée extérieurement d'une façon ou d'une autre, suivant ce que les gens attendraient de moi. Parfaitement dépendante donc du regard d'autrui

sur moi dans ma quête d'approbation et de reconnaissance. La descente de ces escaliers – pas bien grands pourtant – m'a mise face à l'évidence : je n'avais d'existence et de contenance qu'en fonction de ce regard. Après la crainte des premières rencontres, je commençais à rire intérieurement, puis j'ai préféré saluer moi-même d'avance pour ne pas effrayer les gens. Pour voir mes parents, je me suis préparée dans ma chambre à nouveau, avec des cierges pour être plus "spirituelle" encore. Je les avais fait appeler par ma sœur et je les attendais de dos. Quand j'ai été sûre qu'ils étaient derrière moi, je me suis retournée. Ma mère s'est presque immédiatement effondrée en larmes. Mais je me sentais solide. Je leur ai expliqué que j'incarnais ce que j'avais toujours voulu être pour eux, une vierge à leur humble service, et je leur ai demandé de me laisser les servir pendant trois jours. Mon père ne se contenait plus, il a tout de suite voulu reprendre pour lui en me corrigeant : "Ce que nous avons voulu que tu deviennes…" Puis nous avons fait les photos, que j'ai gardées sans rien expliquer de plus. Quand mes parents sont partis et que je détenais les deux photos que j'allais leur rendre trois jours plus tard, je me suis sentie beaucoup mieux. J'avais dépassé un premier cap et j'étais passionnée par l'acte. Mais je tremblais toujours entre la peur et l'excitation.

Les sueurs froides ont recommencé au premier repas où je les ai servis. Je devais m'efforcer de contrôler mes gestes, je craignais même de finir par renverser quelque chose tellement j'étais maladroite. De plus, il me fallait insister car mes parents, gênés, n'osaient pas trop me demander les choses. Avec le temps, ils m'ont davantage laissée faire et je pouvais souvent devancer leurs souhaits ou désirs comme je le faisais gamine quand je voulais tout préparer, leur organiser de petites surprises, etc. Mais le deuxième jour, si je tremblais encore, ce n'était plus d'angoisse, mais de rage, je leur aurais envoyé l'assiette à la figure ! Le troisième jour fut plus facile, j'avais plus d'humour, je me sentais alors plus libre pour réaliser les petites choses que j'avais prévues et j'étais pleine d'imagination pour en

inventer d'autres. En fait, dans ce carcan de fausse impeccabilité, je suis presque incapable de poser des actes ou de dire ce que j'ai à dire : les choses, mes idées, mes projets tournent dans ma tête, et je les tourne et les retourne encore, les étudie, les reformule sans cesse, mais ça ne sort jamais. Là, c'était terrible. J'avais de petites phrases à dire que je n'ai par exemple pu lâcher que le dernier jour. De même, affronter le moment du lavage des pieds me semblait un obstacle insurmontable. Mais une fois que j'étais là, avec mon savon, ma serviette, ma bassine pleine d'eau chaude et parfumée, que j'avais dit à ma mère ce que j'allais lui faire et que je l'avais déchaussée, ça allait, la suite se faisait plus naturellement.

J'ai eu l'occasion lors des bains de pieds d'expliquer séparément à chacun de mes parents comment il avait contribué à ma névrose. Ma mère s'est à nouveau effondrée en larmes. J'ai senti que la situation était dangereuse avec elle, je voyais le chantage affectif et le risque pour moi de retomber dans la culpabilité qui pouvait gâcher mon acte. C'était compliqué parce que, d'une part, je devais lui expliquer ce que je lui rendais et, d'autre part, en tant que vierge, j'étais à son service et un peu comme une mère pour elle. Mais je ne devais surtout pas la plaindre. Je crois que j'avais confiance et j'ai reçu l'aide nécessaire pour rester ferme à l'intérieur de moi-même. Avec mon père, lui laver les pieds n'a pas été facile tout simplement parce qu'il supporte mal cela à cause des chatouilles. Mais son accord et sa compréhension m'ont surprise et aidée.

Finalement j'ai dû faire quelques heures de plus en vierge parce qu'à force de vouloir être parfaite et ne surtout pas déranger, je n'ai pas rappelé au bon moment que je souhaitais être opérée… pour ma poire ! J'ai donc pris mon courage à deux mains pour continuer et servir encore mes parents avec le sourire.

Le moment de l'opération enfin arrivé, j'étais à nouveau extrêmement angoissée. Je ne savais pas comment ça allait se passer, puis mon chirurgien, une femme, m'a demandé ce que je voulais et je lui ai expliqué

comment je me sentais en pleurant. Je n'en pouvais plus. J'ai rendu les photos à mes parents en expliquant bien à chacun ce qu'il devait en faire. J'espérais pouvoir leur faire confiance. Puis je me suis dévêtue et allongée. Mon chirurgien m'a dit de crier ma rage pendant qu'il coupait le bandage, puis m'arrachait cette "boule" de hargne. À deux reprises j'ai hurlé terriblement, fort et longtemps. C'étaient des cris qui remontaient de très profond en moi et qui n'en finissaient pas de sortir. Ensuite j'ai eu mal, mais c'était déjà comme une blessure recousue et je ne sentais plus la boule. Je pleurais doucement, de soulagement, de remerciement. Il m'a fallu du temps pour me remettre, j'étais épuisée.

Le lendemain, quand je suis allée brûler mes vêtements et ma couronne pour en répandre les cendres dans le champ de blé, je ne me sentais pas seule… Mon état d'épuisement a duré plusieurs semaines. Je préférais ne pas l'analyser intellectuellement ou vouloir apprécier précocement un changement en moi. En fait, je me sentais encore convalescente. Aujourd'hui je me sens beaucoup moins dépressive qu'avant et je suis plus accro à la vie. L'acte m'a donné de la confiance et je sens que je peux avoir une vie propre, que je peux développer ma personnalité. J'arrive aussi à me rendre utile sans pour autant projeter que je suis utilisée. Dernièrement je ne me suis plus sentie "l'objet à placer selon les exigences du moment". Curieusement, j'ai constaté avec joie il y a peu de temps que, quand j'ai dansé à la fin de mon acte, après l'opération, c'était en fait la "réalisation" d'une visualisation : dans cette dernière, je m'étais vue vêtue de noir (et non plus de blanc !) et dansant, très gaie, libre dans ma tête et dans mon corps…

Iris (vingt-deux ans)

Lettre 39

Mon éros débordant, mon besoin constant de plaire et de séduire m'empêchent de m'épanouir dans beaucoup de domaines. Je me vends à l'homme. Je ne pense qu'à séduire, "draguer", j'ai même été jusqu'à provoquer la rupture entre ma sœur et son compagnon. Cela m'a horrifiée car j'adore ma sœur. Quand je suis dans cet aspect "lolita", je ne me contrôle plus du tout. Il n'y a plus de limites. Lorsqu'après un peu de recul je m'en rends compte, ça me fait beaucoup souffrir. Ce problème est lié à la relation que j'ai eue avec mes parents et à ce dont j'ai hérité d'eux. Pendant toute mon enfance, le rapport avec mon père était malsain. Il projetait beaucoup de libido sur moi. Ma mère, dans sa jeunesse, était aussi comme moi une petite "lolita" qui ne cherchait qu'à séduire.

Mon acte se décompose en deux parties. Premièrement, je dois faire deux photocopies d'une photo de moi enfant, dont j'ai de mauvais souvenirs. Je les mets chacune dans une grosse pelote de laine noire et j'en donne une à chacun de mes parents séparément en leur disant : "Je te rends ce qui t'appartient." Je garde l'original sur moi tout au long de l'acte.

Dans la deuxième partie, je m'occupe de me libérer de ce qui m'appartient vraiment, de ce que j'ai créé : moi-même. Pendant trois jours je dois m'habiller comme une putain. On dit que les vêtements sont la continuation de l'être. Chaque jour est comme une vie et donc chaque jour mon habit est différent. Le soir, très tard dans la nuit, je prends les vêtements de la journée, je les lave et juste après je vais me coucher. Ainsi chaque jour est une vie, le soir une mort et le matin une renaissance. Je me libère de toutes ces couches de saleté accumulées, de cette relation immonde avec l'homme qui pèse sur moi depuis longtemps. Le dernier soir, après avoir lavé les derniers vêtements, je fais un masque d'argile sur tout le

corps pour terminer de tout extraire. Le lendemain, je jette au feu tous les vêtements et l'original de la photo que j'ai rendue à mes parents. Après cela, j'offre la chaleur de ce feu aux personnes les plus proches de moi.

Les trois jours m'ont semblé éternels. Tout au long de l'acte, j'ai senti énormément d'émotions et de sentiments, parfois très contradictoires : la honte, l'attachement à ce personnage, l'horreur, la tristesse d'être comme je suis, le ras-le-bol, le mépris que je croyais voir dans le regard des gens et plein d'autres encore indéfinissables.

Je sentais aussi que ce personnage représentait au fond une énergie incroyable mais qui n'était pas bien utilisée, une boule d'énergie à l'état brut, encore sauvage. Mais cette énergie était là, en moi, et je savais que je pourrais un jour l'utiliser positivement et qu'elle me donnerait beaucoup de force. Cela me donnait espoir.

Le premier soir lorsque je suis allée, dans l'obscurité, pendre mes vêtements dehors, j'ai commencé à avoir une peur bleue. Je sentais une présence… et je voulais vite lâcher les vêtements que je tenais dans la main, car pour moi c'était clair que si je les gardais plus longtemps, il allait m'arriver quelque chose. Sur mon chemin, j'ai vu des crapauds, une salamandre à la queue coupée et de nombreux insectes noirs. Le lendemain je n'étais pas plus à l'aise, mais c'était beaucoup moins fort et je n'ai rien vu de particulier. Le dernier soir, lorsque je me libérais de mes derniers vêtements, j'avais une sensation de confiance incroyable, et Félicie, la chienne d'une amie, m'a accompagnée partout. Les événements du premier soir m'ont semblé importants car ils me montraient le côté diabolique de cet acte.

Après celui-ci, j'ai senti une grande tristesse suivie d'un sentiment de libération.

Maintenant je me rends compte qu'à l'opposé j'ai un côté dur, froid, très critique envers l'homme. Une sainte nitouche. Je n'ai pas de juste milieu et je vis un enfer dans la relation avec l'homme car je suis tiraillée entre ces

deux personnages qui sont les seuls modèles qu'il y a dans ma famille. Autant dans la pute que dans la sainte nitouche, je me sens très mal et je me fais souffrir.

C'est l'acte psychomagique qui m'a permis de comprendre cela et j'en suis très reconnaissante.

Maintenant je suis décidée à m'engager avec plaisir dans la réalisation d'autres actes psychomagiques pour évoluer dans la découverte de moi-même.

Aujourd'hui, six mois après, cet acte a encore de nombreuses conséquences dans ma vie.

Éloïse (seize ans)

Lettre 40

Objectif : j'ai demandé un acte pour cesser de ne voir que le côté négatif de la vie et pour donner de la valeur à mon existence. Alors que je suis doué pour un grand nombre d'activités dans des domaines variés, je suis incapable d'apprécier mon travail et encore moins ma personnalité. Le noyau de ce pessimisme pesant est lié à la relation avec ma mère. J'ai en effet découvert que pour elle je n'étais qu'un déchet. Il fallait que je puisse embrasser la réalité de cet "enfant-déchet" une bonne fois pour toutes, sans quoi je me trouvais condamné à traverser la vie comme un mort-vivant, une marionnette triste et envieuse de tout ce que les autres possèdent de plus à mes yeux.

Conception : l'acte consiste à vivre ce *trash man* jusqu'au bout pour pouvoir ensuite le rendre à ma mère. Pendant trois jours, je vivrai donc dans une pièce transformée en dépotoir : on y accumulera les poubelles et des déchets divers. Je construirai et garderai avec moi dans cette décharge une poupée grandeur nature me représentant enfant. Le quatrième jour, quand je sentirai le moment venu, je me déshabillerai pour laisser dans cette pièce tout ce que je portais au cours de l'acte et j'irai me nettoyer et me changer. J'amènerai ensuite ma mère à ce dépotoir et je lui dirai : "Je te rends tous tes déchets. Je n'en suis pas un." Je m'en irai sans plus me préoccuper de rien concernant cette pièce.

Déroulement de l'acte : quand on m'explique l'acte, je sens d'abord le désespoir battre en moi comme des vagues sourdes, face à cette réalité d'enfant-déchet. Cependant, la préparation de l'acte me met sur une tout autre longueur d'onde. L'envie d'aller jusqu'au bout de ce nœud qui a toujours été au fond de moi grandit et me pousse à agir. J'en ai assez de

souffrir pour quelque chose qui ne m'appartient pas. Ce désir de m'en sortir fait d'ailleurs jaillir un tas d'idées pour vivre cet acte à fond.

Je suis prêt, assis sur une paillasse entourée de poubelles sur lesquelles est affalée la poupée. L'excitation de la préparation retombe peu à peu, remplacée par un silence froid et malodorant, rompu seulement de temps à autre par le crissement du plastique. L'ambiance est sinistre et triste. C'est comme la fin d'un parcours ici, ce n'est pas possible de tomber plus bas. C'est l'abandon, la résignation sans espoir de récupération. On n'est plus tout à fait humain, dans un endroit pareil. Je n'ai rien à faire d'autre que de percevoir ce vide, cette absence d'issue.

Je prends mon repas seul, dans mon dépotoir. J'ai croisé des gens en allant me servir. J'ai honte, je me sens méprisable. Je voudrais leur crier à tous de ne pas me regarder. Ce vécu du regard des autres va évoluer : par la suite, devenant moi-même de plus en plus sale, je plongerai dans un je-m'en-foutisme général. Je jouirai même quelque part de ne plus avoir à me préoccuper de mon apparence.

La première nuit passe, je dors malgré la puanteur. Je m'habitue, en fait… Le matin cependant, c'est horrible de me réveiller au milieu des détritus. D'un autre côté, je me sens poussé à approfondir encore ce vécu d'enfant-déchet. Les repas, que je prends toujours dans ma décharge, vont devenir dans ce sens un terrain d'expériences intenses : je découvre avec répugnance que je peux être pire qu'un animal. Je ne mange plus, je bâfre au milieu des immondices, j'ai perdu toute dignité humaine et ce dépotoir devient mon refuge, l'antre où je me cache. L'après-midi je sculpte de la terre glaise et je me demande avec détresse si je redeviendrai un jour "humain". Je sens ces immondices si incrustées en moi, comment sera-t-il possible de nettoyer ça ? Je pleure d'être avec ça depuis tant d'années, et toujours le vide, l'absence de vie. De mes mains émerge le visage d'un homme-poisson, la bouche ouverte, gobant l'air d'un air affligé et stupide. Je regarde la poupée. Je comprends peu à peu comment cet enfant-déchet

me fait vivre tout de travers, il est prêt à n'importe quoi pour compenser son sentiment de non-existence. Combien de fois c'est donc lui qui s'est exprimé dans mes mots, mes attitudes, mes colères, cherchant frénétiquement à éviter d'être face à ce vécu insupportable de n'être rien qu'un reste, un détritus, une chose immonde qu'on jette au plus vite ?

Voilà le troisième jour. Je n'ai maintenant plus aucune retenue vis-à-vis du *trash man*, c'est devenu mon mode de vie. Mais quand je passe un peu de temps en présence d'amis, je ressens un isolement affreux. Je m'y enfonce cependant avec une sorte de plaisir pervers en les regardant faire des choses ensemble et vivre. La haine grandit en moi, je voudrais leur hurler qu'ils sont probablement aussi horribles que moi au fond. Mais je comprends alors où se situe ma complicité avec ma mère dans ce pessimisme chronique qui m'enchaîne. Si je le désire, je peux contrer ce *trash man* qui s'isole pour ne pas souffrir, je peux aller vers la vie, le mouvement, les gens, mais je choisis de suivre ses tendances et je sombre dans l'isolement destructeur car je crois n'être que cet enfant-déchet. Je viens de découvrir que ce n'est en fait qu'une partie de moi !

La journée continue, de nombreux souvenirs affleurent, je revois les situations où cet enfant-déchet m'a empêché d'agir, de vivre des expériences, de vivre tout court.

Le dernier soir, je me sens cependant à nouveau terriblement à l'écart des autres. Des doutes me vrillent les tripes, j'ai l'impression que demain je n'arriverai pas vraiment à terminer mon acte, je resterai le *trash man*. C'est atroce comme sensation et je ne veux pas y être confronté plus longtemps, surtout pas dans la solitude glauque de mon dépotoir. Comme un fou je pense à la mort, au suicide, la seule échappatoire vraiment définitive. Mourir, plutôt que de vivre ce vide en moi. Je n'en peux plus.

Le lendemain matin, j'ai du mal à me décider à conclure mon acte. Je crains de ne pas le faire au bon moment, je crains d'"affronter" ma mère.

Finalement je me lance, suite à certains signes et parce que je me rappelle ce que je veux : me sortir de là, aller vers la vie.

Sous la douche, je redeviens peu à peu humain. Les parfums du gel et du shampooing me paraissent divins, je vibre de plaisir de me sentir et de me voir propre. Je trouve rapidement ma mère et lui demande de m'accompagner, un peu nerveux mais sans agressivité : simplement, c'est le moment. Une fois à la décharge, je lui dis la phrase magique et m'en vais calmement sans attendre sa réaction.

En revenant, je reçois une chaleureuse accolade d'un ami, c'est comme une bienvenue chez les humains. Je me sens désorienté et comme en équilibre sur un fil bien tendu, mais je ne veux rien analyser pour le moment. Je profite du contact avec un groupe d'amis, tout me paraît plus coloré et vivant.

Avec du recul, je vois que cet acte m'a permis de bien cerner cet "enfant-déchet" et de comprendre ce qu'il réveillait en moi. Ce n'est plus un vague sentiment qui m'emporte dans un spleen sans fin, c'est une partie de moi-même avec laquelle j'ai communié. J'ai gagné par cet acte le droit de ne plus en être le jouet, comme si j'avais étendu un territoire intérieur.

Cet acte est comme un point de départ, d'où je peux entreprendre consciemment l'édification de l'homme que je veux être et non celui que ma mère voyait en moi. Mes expériences me servent maintenant moins à obtenir de la reconnaissance pour combler un vide qu'à enrichir un domaine intérieur qui croît peu à peu.

Samuel (vingt-sept ans)

Lettre 41

J’ai demandé cet acte pour me libérer d’aspects très lourds liés à ma mère. Comme elle, je suis tellement froide et insensible que je n’ai aucune notion de la réalité. Depuis quelques années, ma mère souffre de sclérose en plaques et elle risque de terminer sa vie complètement immobilisée dans une chaise roulante. J’ai très peur de finir comme elle et de faire porter ce poids à ma fille.

L’acte est le suivant : passer dix jours dans une chaise roulante avec des attelles aux bras. Une amie me prendra entièrement en charge (m’habiller, me laver, me donner à manger…), le dernier jour couvrir mon corps de cire de bougie blanche puis masser un gros bloc de glace jusqu’à ce qu’il fonde.

Mélanger l’eau ainsi obtenue avec de la terre et m’en servir pour me nettoyer. Utiliser ensuite ce mélange de terre, d’eau et de cire pour remplir une poupée que je rendrai à ma mère.

Les premiers jours ont été très durs physiquement, je n’avais jamais ressenti une telle douleur pendant autant de temps. Le point culminant fut le soir du troisième jour, j’ai eu une crise de rage incontrôlable : j’ai soudain arraché mes attelles mais comme si je voulais aussi me débarrasser de mes bras, puis j’ai éclaté en sanglots, refusant que mon amie s’occupe de moi.

Ça n’a pas duré longtemps – une dizaine de minutes d’après elle –, mais après je me sentais très coupable et je me demandais si j’avais tout gâché en craquant ou si je pouvais continuer. J’ai décidé de poursuivre en rajoutant une heure au dernier jour pour rattraper le temps perdu et ne pas me permettre de “tricher”.

Malgré cela, les problèmes physiques étaient moins pénibles que le fait de me sentir monstrueuse, tel un être visqueux et répugnant que personne n’ose regarder et dont la présence est intolérable. J’avais envie de me

cacher car j'avais l'impression qu'après m'avoir vue ainsi, plus personne ne supporterait ma présence. Je me sentais surtout très mal par rapport à mon mari et je pensais que cet acte risquait de marquer la fin de notre couple.

Être ainsi et ne pas pouvoir bouger rendait mon mental plus fou et plus négatif que d'habitude, soit je me répétais "tu es comme ça, il n'y a rien à faire, tu n'es que ça…", soit je cherchais à me couper de la réalité et à me faire entrer dans un état d'apathie où tout m'était égal. C'était démoniaque.

Un soir je me suis évanouie lors d'un repas où la conversation tournait autour d'opérations chirurgicales et de sang. Par la suite, j'ai pensé que cela montrait certainement que je n'acceptais toujours pas mon sang, ma lignée. Peu après, j'ai reçu des photos de famille que ma mère m'avait promises depuis longtemps. Il y avait beaucoup de photos de mon enfance et deux photos de ma mère : sur la première elle était avec ses quatre frères, ils la dépassent tous d'au moins une tête, et elle a écrit sous la photo : "Pourquoi sont-ils tous aussi grands ?" Sur la deuxième elle apparaît en communiante et elle me demande si "on ne lui donnerait pas le Bon Dieu sans confession" alors que moi je lui trouve un air diabolique !

En voyant ces photos, j'ai ressenti à quel point nous sommes liées par la haine et comment l'image que nous voulons donner de nous s'oppose à la réalité.

Par rapport à l'amie qui s'occupait de moi, j'ai d'abord ressenti une terrible demande maternelle. Je me voyais comme une mendiante en perpétuelle demande d'attention ; mais peu à peu l'agressivité est apparue car je me sentais humiliée et méprisable. Pourtant, malgré des moments de tension, je me suis toujours sentie soutenue affectivement et elle m'a aidée à ne pas sombrer dans la dépression.

Le dernier jour de l'acte, celui où j'ai enfin quitté ma chaise, j'étais angoissée et je me sentais faible physiquement, mais j'étais très déterminée intérieurement. J'ai d'abord fait du feu dans la chambre et j'ai fait fondre de la cire blanche pour m'en couvrir le corps.

Au début elle me brûlait puis se détachait à moitié, j'avais l'impression d'avoir des ampoules sur tout le corps, beaucoup de cire tombait et il m'a fallu du temps pour arriver à être entièrement recouverte. Ensuite j'ai commencé à masser mon bloc de glace. J'avais congelé six litres d'eau et il m'a fallu presque six heures de massage intensif pour le faire fondre ! Les quatre premières heures, je réchauffais mes mains contre mon corps mais ensuite je me suis progressivement rapprochée du feu pour les réchauffer davantage et accélérer la transformation.

À force de masser, je suis entrée dans un état différent, je n'avais pas de mental, plus de notion du temps, je voulais faire fondre ma glace coûte que coûte et j'ai commencé à parler au feu pour qu'il m'aide. Je voulais être feu pour faire fondre mon cœur de glace. Quand le dernier morceau de glace s'est brisé entre mes mains, j'étais shootée et tout en continuant à masser les petits morceaux, j'en ai ramassé un et l'ai jeté sur les braises en disant : "Brûle-moi !" Il s'est immédiatement évaporé en laissant une trace noire dans le rouge des braises, je me suis sentie sorcière et j'ai pensé que j'étais peut-être allée trop loin.

Après cela j'ai mélangé une partie de l'eau avec la terre et je m'en suis servie pour me nettoyer. J'ai eu du mal à retirer la cire, surtout dans les cheveux où j'ai dû couper certaines mèches. Ensuite je me suis rincée avec l'eau qui restait puis j'ai laissé sécher le mélange – boueux – de terre, cire et eau pour pouvoir l'utiliser pour remplir ma poupée.

Je me suis douchée, habillée et je me suis rendue à la cuisine où j'ai rencontré mon amie. Elle m'a expliqué que ma fille (quatre ans) avait dit que "je m'étais débarrassée d'un corps trop petit et d'une mère trop grande". Cela m'a beaucoup émue.

Le lendemain j'ai fait fondre la cire que je n'avais pas utilisée pour la retirer de la casserole et j'ai provoqué une énorme boule de feu qui m'a enveloppée à deux reprises et qui a transpercé l'auvent de toile au-dessus de

moi. J’ai eu très peur. J’ai pensé que c’était ma haine qui provoquait cela, que c’était un acte destructeur et que j’avais tout raté.

Mais le soir en allumant le feu, je me suis revue lancer ma glace et demander au feu de me brûler, et j’ai compris comment j’avais provoqué le feu.

Je ne savais plus quoi penser, j’étais totalement désorientée.

Il m’a fallu plusieurs jours pour réaliser ma poupée et tout y faire entrer. Je l’ai faite toute blanche pour rappeler mon désir de perfection et parce que cela me faisait penser à ma mère en communiante. Je l’ai envoyée à ma mère en précisant que c’était le résultat d’un acte psychomagique.

Après l’acte, il me restait de l’eau que j’avais utilisée pour me laver. Je l’ai filtrée, nettoyée et j’y ai ajouté de l’eau de fleur d’oranger, du miel et des pétales de rose. Je m’en suis servie pour baigner ma fille.

Après ce bain, je l’ai massée puis nous avons bu du jus de pommes dans des flûtes à champagne.

Elle m’avait posé beaucoup de questions sur mon acte, je lui avais expliqué ce que je faisais et pourquoi je le faisais. Elle a été très émue que je fasse quelque chose avec elle, pour elle, elle m’a remerciée vivement. J’étais aussi très émue.

Meryl (trente-trois ans)

Lettre 42

Cet acte a pour but de me délivrer de la rage d'être née femme et d'avoir mis au monde une femme. Je dois aussi libérer Isadora, ma fille, du même mal car je le lui ai déjà transmis et elle en souffre.

L'acte se compose des parties suivantes : tuer une chevrette, la dépecer et la cuisiner pour l'offrir à Nicolas et Isadora (mon mari et ma fille). Aller chez ma mère, Clotilde, qui vit toujours dans la ferme de mon enfance et lui demander de participer à cet acte magique après avoir eu une longue conversation avec elle. Je dois lui expliquer combien j'ai souffert d'être une fille en évoquant des souvenirs et en particulier ceux liés à Mémé, ma grand-mère paternelle, qui vivait avec nous et qui incarnait un summum dans la haine du féminin. Je dois aussi lui montrer combien la maternité est très mal vécue par moi à cause de tout cela.

Puis lui expliquer que ce qu'elle a fait avec moi, je suis en train de le reproduire avec Isadora : la très forte symbiose qu'il y a entre nous vient du fait qu'elle a voulu faire de moi sa complice dans le malheur d'être femme. Dans ce schéma nous sommes nées et vivons pour souffrir. Je reproduis aussi ce que j'ai surtout vécu au moment du remariage de ma mère, à savoir : la mère vend sa fille au père en croyant que si celui-ci la trouve gentille, aimable, mignonne…, si la fille séduit le père, un peu de cet "amour" rejaillira sur la mère qui se fera ainsi pardonner le fait d'avoir mis au monde une fille.

Lui raconter un souvenir qui m'a marquée de façon indélébile et que j'avais pourtant effacé de ma mémoire jusqu'à il y a peu. J'avais environ quatre ans, ma mère et moi rendions visite à l'hôpital à mon père biologique, Roger, atteint d'un cancer cérébral dont il allait bientôt mourir. Ma mère me dépose sur le lit du malade afin que je puisse l'embrasser. Il

me repousse comme on repousse un animal indésirable, accompagnant son geste d'une interjection violente en patois. Ma mère me console, me demande de le pardonner car il est très malade… Quelques minutes plus tard, alors que je demeure prostrée dans un coin, Roger demande des nouvelles des vaches, s'inquiète de leur santé, ordonne que Jean-François, mon frère aîné, prépare un nouveau pâturage…

Me couvrir ensuite de bouse de vache et déambuler dans la ferme pendant trois heures, au terme desquelles je retrouve ma mère qui me lave comme lorsque j'étais petite, devant le feu de cheminée, dans une bassine. Je mettrai ensuite une très belle robe, nouvelle et féminine, et je brûlerai les vêtements crottés.

Me rendre sur la tombe de Roger et lui rapporter de la bouse de vache en lui disant : "Voilà ce que j'étais pour toi, moins qu'une vache, une merde, je te la rends." Aller sur la tombe de Mémé, exprimer toute ma rage envers elle, tout sortir, aller jusqu'à uriner et déféquer sur sa tombe. Nettoyer et planter un rosier. Accompagnée par ma mère, nous rendre au cimetière où est enterrée ma grand-mère maternelle, Cécile. Descendre de voiture en ayant chacune un boulet attaché à la cheville portant l'inscription suivante : "Mon malheur c'est d'être une femme."

Déposer ensuite sur cette tombe, séparément, quatre biftecks, un pour Cécile, un pour Clotilde, un pour moi et un pour Isadora en disant : "Je te rends ce que tu nous as transmis, on n'est qu'un tas de viande." Clotilde doit enlever son boulet et retirer ensuite le mien.

Aller avec ma mère dans la grande ville voisine nous faire dorloter pendant quelques heures dans un centre de thalassothérapie ou équivalent. Sortir dîner dans l'un des restaurants les plus chics de la ville. Pendant la soirée, en bavardant, savoir quelles études ma mère aurait souhaité faire.

De retour chez moi, confectionner un diplôme correspondant aux études souhaitées par ma mère et le lui envoyer.

Réalisation de l'acte : la première partie de l'acte, je l'ai faite dans la ferme où je vis. Profitant d'une accalmie de la pluie, j'ai pris la chevrette que j'allais sacrifier et je suis partie dans la nature, loin. À peine l'avais-je dans mes bras qu'une émotion violente s'est emparée de moi. Comment allais-je pouvoir commettre pareil acte si cette chevrette criait comme un enfant, pesait autant qu'un bébé et irradiait une chaleur vivante ? En pleurant et en criant, j'ai pensé au but de cet acte : me délivrer des pulsions de mort que j'ai envers moi-même parce que je suis une femme et que j'étends jusqu'à ma fille. Tout en criant, pleurant et trébuchant sur le sol détrempé, j'ai tout à coup réalisé que la chevrette pouvait à tout moment s'échapper et que tout serait donc raté. C'est ce qui m'a donné la force de prendre le couteau.

En voyant la vie s'en aller par ce sang que je faisais couler, j'étais criminelle. Le sang, le sang de l'héritage que l'on porte, le sang des menstruations qui marque bien mon appartenance au féminin, bien que dépressions et anorexie aient toujours tenté de m'en éloigner, le sang qu'en tant que mère j'ai finalement transmis pour donner vie, le sang qui aujourd'hui nourrit le bébé que je porte, ce sang, tous ces sangs, je les ôtais pour donner la mort. Tout mon être était déchiré et l'est encore au souvenir de ces moments-là. Où trouver la force de continuer ?

Le dépeçage fut encore pire car je voyais là tout à fait nettement la femelle que j'avais sacrifiée. J'étais monstrueuse comme le sont tous ceux qui, à travers les siècles, et il n'y a pas longtemps encore en Chine, ont tué les petites filles à la naissance.

La chaleur qui se dégageait du corps qui semblait palpiter encore sous la pluie drue qui tombait du ciel ne faisait qu'augmenter l'horreur. La complexité de tout ce qui constitue l'anatomie de cet animal me faisait ressentir un profond respect pour la VIE. Comment pouvais-je en quelques secondes détruire une si grande merveille ?

De retour à la ferme, une cuirasse m'insensibilise pendant que je découpe et accommode la viande, puis à nouveau des vagues d'émotions intenses m'envahissent. Le lendemain, Nicolas et Isadora ont trouvé délicieux le plat que j'avais préparé. De mon côté, j'ai eu du mal à surmonter des haut-le-cœur !

Dès le lendemain de notre arrivée chez mes parents, à peine le soleil était-il levé et dans un brouillard épais, me voilà dans les prés environnants à la recherche de bouses de vache. Contrairement à ce qui est habituel depuis des lustres, pas une seule vache en vue dans un rayon d'un kilomètre ! Finalement, des bouses, j'en ai trouvé même si elles n'étaient pas de la dernière fraîcheur. J'ai ensuite demandé à ma mère que nous ayons une conversation tranquille toutes les deux. Nous sommes allées dans la cuisine de la vieille maison où nous habitions quand j'étais enfant et qui est à deux pas de la nouvelle maison. Là, tout en préparant le repas, nous avons parlé. Clotilde a tout de suite craint que je ne sois atteinte d'une maladie grave. Lorsque je l'ai rassurée à ce niveau-là, elle s'est détendue. Je l'ai pourtant prévenue que nous allions probablement beaucoup pleurer et que cela nous ferait du bien. Elle m'a répondu qu'elle ne pleurerait pas car pour elle le plus grave était ce qu'elle avait connu avec Roger, la maladie qui mène à la mort.

Dès ce moment-là, j'ai ressenti comme une barrière de protection qui d'ailleurs lui faisait retarder le moment de m'écouter en s'occupant de broutilles. Elle s'attendait à ce que je lui fasse une liste exhaustive de choses qu'elle avait mal faites avec moi, style règlement de comptes, et ce n'était pas cela. Son attitude était d'écoute, une fois assise près du feu à mes côtés, elle a très peu parlé et ne m'a pas stimulée par un échange vivant m'invitant à fouiller plus dans mes souvenirs. Les souvenirs qu'elle tentait d'évoquer venaient pour adoucir mes propos. Je lui ai dit alors que nous n'étions pas là pour faire les "gentilles", que nous avions trop longtemps joué à cela. Elle a finalement pleuré lorsque je lui ai raconté le souvenir à

l'hôpital, mais dès le lendemain elle me rappelait le jour où Roger m'attendait bras ouverts…

Ce qui était frappant, c'est qu'elle cherchait plus à savoir comment elle avait été avec mes frères, quelle avait été leur enfance respective, plutôt que de s'intéresser à moi. Comme toujours ! Cela a provoqué en moi pas mal d'agressivité les deux jours suivants. À propos de la maternité, elle m'a rappelé combien elle avait été heureuse le jour où je lui ai annoncé que j'allais être maman, car ce que j'avais dit jusqu'alors de la maternité l'attristait beaucoup. Dès mon début d'adolescence, je lui disais que jamais, jamais, jamais je n'aurais d'enfants et plus tard je parlais de collègues qui étaient enceintes avec un mépris terrible, en disant : "Elles sont en cloque." Concernant "le malheur d'être née femme", elle m'a raconté que sa mère disait à qui voulait bien l'entendre que si elle avait pu, elle aurait appelé cette petite dernière "Sintufarion", qui en patois veut dire "Nous nous serions bien passés de toi". Elle découvrait grâce à notre conversation que tout cela venait du fait d'être née femme et que toute sa vie avait été marquée par cela. En effet, dans ce milieu – une famille de métayers au statut proche des serfs du Moyen Âge –, ce qui compte, ce sont des bras d'hommes pour travailler et non des bouches à nourrir.

Nous avons aussi parlé de notre vision commune de l'homme, de tout ce que nous projetions de négatif sur lui, puisqu'à la fois nous le mettons sur un piédestal et nous le haïssons. Ce dernier mot l'a d'abord fait sursauter puis, au fil de mes explications, je crois qu'elle a fini par comprendre. En parlant de mes relations antérieures avec les hommes, il était facile de montrer que ma vision du couple était désastreuse. Par contre ma relation avec Nicolas montrait que quelque chose d'harmonieux était possible si tous les deux nous cherchions à comprendre ce qui se passait dans notre inconscient. Nous avons parlé de la relation de ma mère avec son deuxième mari qui est devenu mon père. Je lui ai dit qu'elle avait choisi de sacrifier sa vie de couple à cause de cette haine envers l'homme en gardant

dans la maison, avec nous, Mémé qui haïssait ouvertement ce nouveau venu qui venait en quelque sorte reprendre la place de son propre mari mort très jeune ou de ses deux fils morts successivement vers trente-cinq ans.

Je lui ai rappelé comment j'étais pleinement complice de cela en traitant moi aussi mon père de la pire des façons. Clotilde avait l'air de découvrir une nouvelle vision des choses. Elle m'a raconté que Jean-François lui avait expliqué que d'après lui Mémé avait perdu ses fils pour être, elle, protagoniste. Mon interprétation était plus dure, notre haine commune des hommes allait jusqu'à les éliminer, que chez nous la castration était tellement forte qu'elle ne prenait pas la peine de s'exercer de façon symbolique. Ma mère écoutait très intéressée. Quand je lui disais que Mémé, c'était aussi une partie de nous, elle qui se voit toujours comme la "gentille" a reconnu qu'il y avait en chacun de nous une part de méchanceté et elle semblait méditer un moment là-dessus.

Je lui ai dit aussi combien j'étais préoccupée par Isadora qui refuse de dormir, ce qui s'explique par la peur de mourir puisque je lui transmets qu'elle ne vaut rien car c'est une fille. Je lui ai parlé aussi de cette rage qu'Isadora exprime ouvertement alors que ma façon à moi a plutôt été la dépression et nous avons évoqué les moments les plus durs de ma vie. Clotilde a tout de suite accepté de faire tout ce qu'elle pouvait pour nous aider à nous guérir.

Les trois heures où je suis restée dans la ferme recouverte de bouse de vache m'ont semblé durer une éternité. Je passais alternativement par des moments de prostration, de rage et de colère ou d'infinie tristesse. Les lieux où je déambulais sont pratiquement à l'abandon depuis une vingtaine d'années, mais le pire, c'est qu'à cet abandon s'ajoute la tendance qu'a ma mère à garder tout et rien, et donc tous les espaces commencent à ressembler à des dépotoirs. Dans les moments de rage, je me suis mise à faire brûler dans un feu en plein air derrière la ferme des tas de vieilleries, surtout celles ayant appartenu à Roger ou à Mémé. Transie de froid, alors

que j'étais comme sans vie assise sur un tas de fumier sec, une mouche que nous appelons chez nous "verminière" ou autrement dit "mouche à merde" est venue se poser sur moi… Je n'ai pas pu m'empêcher de dire et de penser que j'étais sur le bon chemin. J'ai plusieurs fois vomi à cause de la puanteur et des émotions suscitées par cet acte.

À l'heure du rendez-vous avec ma mère, j'ai dû l'attendre quelques minutes… *Encore une fois son indifférence*, ai-je pensé. Quand elle est arrivée, elle était presque volubile, insouciante, elle semblait ne pas vouloir voir que j'étais recouverte de merde. Sa froideur et sa superficialité m'ont fait très mal. Pendant qu'elle me lavait, je pleurais. Je trouvais la situation terriblement forte symboliquement et ma mère paraissait étrangère à cela. Je pensais à Isadora que j'aimerais pouvoir laver de tout ce que je la charge avec plus de cœur que ne le faisait ma mère pour moi.

J'ai ensuite enfilé ma robe, fleurie, dans des tons rose sombre et donc que je sentais comme potentiellement curative. J'avais eu du mal à la trouver dans le temps qui m'était imparti entre le moment où l'acte avait été défini et l'arrivée chez mes parents. Il me fallait une robe et je ne trouvais que des ensembles ! Je voulais des couleurs et du vaporeux et je ne trouvais que des lignes épurées et du noir qui correspond trop aux veuves de la famille !

Le brasier où dans l'après-midi j'avais brûlé tout ce que ma rage y avait jeté accueillait maintenant les vêtements sales que je portais. J'avais choisi pour cette occasion des vêtements qui m'avaient été offerts par Mémé ou avaient appartenu à Roger ou Cécile et que je n'avais pas eu de mal à dénicher dans les reliques que garde ma mère.

Le lendemain matin, je suis allée acheter le rosier que je devais planter sur la tombe de Mémé. Arrivée chez la pépiniériste, une grande pancarte m'accueille avec l'inscription suivante : "Aujourd'hui fête des grands-mères, offrez un rosier !" J'ai pensé qu'effectivement ça allait être sa fête à ma grand-mère ! J'ai pris ça pour un clin d'œil d'en haut.

Finalement Roger et sa mère, Mémé, sont enterrés dans le même caveau familial dans un cimetière de campagne qui longe une route fréquentée, sur une colline, en plein vent et exposé à la pluie ce jour-là. Première constatation, ce sera difficile de me cacher aux yeux du voisinage, il faudra compter sur la chance. Au moment de rendre à Roger la bouse de vache, j'ai été prise d'émotions fortes et contradictoires. En effet, je me suis retrouvée dans ma peau de petite fille lorsqu'on m'emmenait tous les dimanches pendant des années devant ce caveau où je lisais le nom de Roger et disais "Notre père qui es au ciel…" en pensant à lui et en me morfondant comme ma mère et Mémé me poussaient à le faire dans ce culte aux morts absolument criminel pour un enfant. En même temps, une autre partie de moi se révoltait comme elle ne l'avait jamais fait et c'est avec cette rage que j'ai jeté la bouse sur le caveau.

Je me sentais déjà vidée, épuisée et pourtant la partie concernant Mémé devait commencer. J'ai repensé à ce que j'avais enduré avec elle, à sa méchanceté, à ce qu'elle m'a transmis comme image négative de la vie et j'ai ensuite donné des coups de pied au caveau. Ma rage ne montait pas à la mesure de ce que j'escomptais si bien que j'ai pensé qu'il fallait vraiment que mes actes soient tout à fait marquants. J'ai donc craché, uriné, déféqué sur les bords du caveau. Trouvant que ce n'était pas suffisant car je n'avais pas pu monter sur le caveau, trop haut et dont la mousse mouillée par la pluie rendait son ascension trop dangereuse dans mon état, j'ai pris un bâton et ai badigeonné copieusement la stèle où était gravé le nom de Mémé, Angèle… Tu parles d'un ange !

Enfin satisfaite par ce que j'avais fait, à nouveau sans énergie, j'entreprends tout de même l'opération de nettoyage. Hélas ! le robinet qui se trouve dans le cimetière ne fonctionne pas, et le comble, c'est que la pluie s'est arrêtée ! Me voilà faisant le tour du cimetière à la recherche d'un fossé qui serait rempli d'eau propre. Rien. Je retourne près du robinet, imagine qu'étant donné que nous sommes en hiver on a voulu protéger ce

robinet du gel et découvre une dalle de béton qui semble confirmer mon intuition. Me voilà, armée d'un bout de bois pour faire levier, en train de soulever, faire glisser, déplacer cette lourde dalle qui me fait penser à une pierre tombale. Au prix de grands efforts, j'arrive enfin à atteindre un second robinet protégé par de la laine de verre, il fonctionne, j'ai de l'eau. Là aussi je ressens la charge symbolique de cette recherche de l'eau, de l'affectif et de la vie.

À peine avais-je commencé à nettoyer qu'une voiture s'arrête et que quelqu'un entre dans le cimetière. Ce que j'avais fait était tout à fait visible, surtout sur la stèle… Ce ne pouvait pas être les petits oiseaux qui avaient fait cela… Vite, je nettoie en priorité la stèle, avec difficulté car une éponge au bout d'un bâton ne fait pas de merveilles et j'ai juste le temps de m'accroupir près du rosier qui attend d'être planté quand des pas s'approchent. J'entends ensuite : "Ohooo ! Mais c'est LauRRRette [le « RRR » roulé typique de la région]. Ohooo ! Mais tu n'as pas changé, je t'ai bien reconnue, va ! Eh ! Bé… Tu t'attelles à une fameuse affaiRRRe de nettoyer tout ça." C'était Ginette, une cousine d'une cousine, tout le monde se connaît dans le coin. Une réputation de gentille-fille-qui-plante-un-rosier-sur-la-tombe-de-sa-grand-mère-le-jour-de-la-fête-des-grand-mères-alors-qu'elle-vit-si-loin va faire le tour du canton !

J'ai terminé l'acte sous la pluie, ça aide à nettoyer et le rosier poussera mieux !

Le surlendemain, ma mère et moi sommes allées sur la tombe de sa mère. Nous avons attaché le boulet à notre cheville et j'ai demandé à ma mère que pendant le trajet elle se concentre sur ce que nous portions : "Mon malheur est d'être une femme." Elle était coopérante et m'a fait part de ses réflexions par rapport à sa mère et à ses sœurs. Comme un fait absolument frappant, en analysant la situation de vie de ses sœurs, il nous semble que Juliette, l'aînée, est morte à vingt-deux ans car elle s'est littéralement tuée à la tâche en travaillant dans les champs comme un homme. Yvette par contre

a préféré demeurer à un âge mental d'une dizaine d'années pour que sa mère soit obligée de s'occuper un minimum d'elle alors qu'elle n'avait d'yeux que pour son fils. J'ai appris qu'Yvette avait plusieurs fois tenté de mourir en refusant toute nourriture.

Clotilde a choisi de rentrer dans le cimetière par la porte du bas car il est en pente abrupte et ainsi nous ressentirions davantage le poids du boulet que nous traînions. La suite de l'acte s'est déroulée comme prévu dans un climat de gravité et de concentration. À la fin ma mère m'a demandé si je pensais que c'était possible de jeter ces boulets dans l'eau d'une rivière et j'ai trouvé que c'était une excellente idée. Elle m'a ensuite expliqué qu'elle avait pensé à cela car dans la prière qu'elle dit pour soigner les névralgies (secret de guérisseur que lui a transmis son père sur son lit de mort), elle demande au mal d'aller sous les pierres des ruisseaux et des mers.

L'après-midi et la soirée que nous avons passées en ville étaient très agréables. Dans la voiture, au restaurant nous avons beaucoup parlé et pour une fois ce n'était pas son incessant moulin à paroles qui s'était mis en marche comme ça lui arrive avec moi, elle essayait aussi de me faire parler, montrant plus d'intérêt et même me manifestant de l'admiration. Le centre de thalasso au décor oriental était un vrai cocon. L'un des soins m'a particulièrement émue, j'étais enveloppée dans une grande couverture chauffante après un grand bain tonique aux algues, entourée d'une lumière douce et de parfums délicats si bien que je pleurais de bien-être de me sentir dans les grands bras chaleureux de la vie.

Le restaurant où nous avons dîné était vraiment un grand restaurant. Délicieux dîner.

Cet acte m'a rendue consciente que je dois libérer ma fille, car je vis son existence comme j'ai vécu l'arrivée de mon frère Jérémy dans ma famille. C'est-à-dire que je crois qu'elle est mieux considérée que moi, qu'elle prend toute la place, qu'on ne m'aime plus car on n'aime qu'elle… Comme j'ai ressenti la naissance de Jérémy qui était un garçon et "donc"

était mieux considéré que moi. Ce malaise se manifeste concrètement par le fait que ma fille râle tout le temps et devient antipathique. Je cherche ainsi à ce qu'elle soit repoussée et à rester, moi, la "gentille" pour être au moins acceptée.

"Je dois sortir Isadora de là et nettoyer cela au plus vite car je suis enceinte d'un deuxième enfant et dans l'état où je suis, pour moi avoir des enfants, c'est perdre ma propre existence."

J'étais plongée dans un mal-être profond qui s'exprimait par un personnage intérieur : une "femme pleine de haine". Je réalise qu'il est en fait facile de pester pour tout, et je comprends et ressens bien le lien qu'il y a entre nécessité de se sentir exister et rage qui s'exprime. Tout se confond dans mes émotions car je vis le désespoir d'Isadora qui se sent obligée de râler, de dire non continuellement pour se sentir exister. Lorsque je me demande "J'existe ?", je suis à chaque fois bouleversée car cette question concerne à la fois ma propre existence bafouée au sein de ma famille mais aussi l'existence de ma fille et du bébé que je porte, tout se télescope.

Ce premier jour m'a épuisée émotionnellement. Je n'ai pratiquement pas dormi pendant la nuit tellement j'avais l'impression que la jambe qui traînait le boulet me faisait mal.

Le lendemain j'ai commencé à vivre l'acte aussi comme un jeu. J'étais toujours désagréable mais plus inventive dans ma façon de prendre de la place. Ce qui était dur, c'était de rencontrer le regard perplexe et profond d'Isadora. J'évitais de la rencontrer mais avais l'impression de l'entendre pleurer continuellement.

Progressivement les pleurs qui accompagnaient ma question sur l'existence se sont transformés car certaines personnes me transmettaient avec force et enthousiasme l'absolue réalité de mon existence. Je ressortais de cet échange comme remplie. Donner et recevoir à ce moment-là signifiaient la même chose, ce doit être quelque chose comme ça l'amour. Cette nuit-là j'ai reçu une lettre de ma mère s'excusant du manque de

sensibilité. Quand j'ai allumé deux bougies en pensant fort à Isadora et au bébé, ce dernier a commencé à bouger dans mon ventre, comme d'ailleurs il le fait au moment où j'écris cela. C'est magique.

Merci,

Charlotte

Lettre 43

Objectif : fin décembre 2002, je fais un rêve qui m'apostrophe rudement en m'enjoignant de sentir, de vivre les émotions et de communiquer : "Dis à ton frère André que tu l'aimes, dis à ton fils que tu l'aimes."

Je "sais" depuis longtemps que je vis littéralement dans ma tête. Quel acte psychomagique pourrait ouvrir une brèche dans ce donjon fortifié ? Aucun, je suppose, mais je vais quand même le faire car je sais par expérience que j'ignore beaucoup de choses.

Mon mental est plein de scénarios qui tournent en rond comme des carrousels : je m'y plais beaucoup et n'en sors que lorsque le monde extérieur l'exige. Ces scénarios sont à contenu technico-scientifique, il s'agit de résoudre de tête un problème toujours passionnant ; le suspense peut durer des semaines. J'ai appris à bien contrôler ce genre de mental, à part une exception : tout ce qui est relié au monde du vol tourne régulièrement à l'obsession. Le petit ordinateur mental ne cesse de redessiner "mon" planeur, qui me permettra un jour de retrouver le monde de l'oiseau, la magie de la troisième dimension.

L'objectif est donc de me libérer de cette obsession pour pouvoir enfin vivre dans mon corps plutôt que dans ma tête.

Conception de l'acte : pour rompre le contact avec le sol, je me nicherai dans un arbre depuis le lever jusqu'au coucher du soleil. Je me serai fabriqué un casque qui m'isole au maximum, qui me rend aveugle et sourd. Il enveloppera complètement ma tête et aura la forme de mon planeur, avec des ailes couvertes de plumes. À la nuit tombée, je projetterai ce casque du haut d'un barrage pour que le fleuve en emporte les débris. Auparavant, j'aurai enlevé trois plumes que je conserverai pour écrire et me rappeler

mon nom Cris. J'attacherai mon carnet de pilote à un bouquet de ballons et le laisserai s'envoler.

Déroulement de l'acte : après beaucoup de recherches (ma tendance à tout compliquer pour retarder l'action), je choisis tout simplement un arbre que j'appelle Merlin : les bruits perturbateurs éventuels seront noyés dans celui incessant de l'arroyo voisin. Une grosse corde tendue entre deux branches fournit le siège. Le casque est une solide caisse en bois bourrée de mousse dans laquelle ma tête s'enfonce complètement. Deux grandes ailes en bois couvertes de plumes lui donnent bien l'aspect d'un planeur "début de siècle".

Le lever du soleil me trouve donc perché dans l'arbre. Apparaissent alors les petits inconvénients inévitables : le vent du nord qui remonte l'arroyo m'oblige à passer la journée en position fœtale pour ne pas claquer des dents ; je dois m'attacher à la branche car si je tombe, la lourde construction qui emprisonne ma tête me rompra certainement le cou ; je croyais ainsi passer toutes ces heures en l'absence totale de sensation : en fait, je tremble de froid, j'ai soif, j'ai des crampes, je sens mon cœur battre dans mes oreilles, ma tête résonne du bruit de ma respiration et surtout j'ai l'impression désastreuse d'avoir préparé cela comme un pied.

Je résiste à l'envie de soulever mon "casque", même quand j'ai l'impression qu'un vautour intrigué vient de se percher sur mon arbre. Je perds la notion du temps, une éternité se passe, le froid se fait plus vif et je libère alors ma tête : le soleil vient de se coucher ; je ne descends pas immédiatement car la clarté crépusculaire, les bruits et les senteurs qui m'inondent brusquement m'étourdissent. C'est merveilleux et j'en profite jusqu'à la tombée de la nuit. Puis je reprends gauchement contact avec le sol et me concentre sur l'étape suivante car je ne veux pas commencer à approfondir l'impression que je ressens, de tentative ratée. Heureusement, en allant chercher la voiture, je rencontre des amis rassemblés autour d'une bouteille de vin, de toute évidence un bon augure…

Je repars dans la nuit avec mon “casque-planeur” ; j’y prélève trois belles plumes. Lorsque je le lâche du haut du barrage, la chute est impressionnante de réalisme : je “vois” dans le clair-obscur la silhouette de mon planeur qui pique à mort vers un énorme bloc de béton. C’est vraiment le “MONARCH [*1]” qui va s’écraser là en bas, avec un bruit écœurant d’œuf qui éclate, pour être ensuite englouti par les flots. Mais ce qui se produit alors est tout à fait invraisemblable : cette lourde construction en bois percute de plein fouet la pierre plate ; le bruit est plein, mat, à la fois sec et définitif ; pas une planche n’a volé en éclats, seules quelques plumes se détachent ; l’engin est là, planté sur son nez camus, image improbable d’une chose têtue qui ne veut pas disparaître.

Je reste tout un moment paralysé d’incrédulité puis je fuis l’endroit, me refusant à penser, concentré sur la conduite.

Les jours qui suivent tombent un à un dans l’oubli : je ne parviens pas à réfléchir sur ce qui s’est passé.

La plume de dinde écrit bien, merci.

Puis vient la fin de l’acte : au bord de la pente abrupte qui surplombe la vallée de la Garganta Fría, je gonfle vingt-six ballons à l’hélium (la reliure de mon carnet de vol est lourde…) tout en revoyant en pensée l’époque et les circonstances de ces vols soigneusement répertoriés.

Quand je lâche le carnet suspendu à ses ballons, il s’envole réellement ! Je fais instinctivement un bond désespéré en avant pour le rattraper et manque de justesse de dévaler la pente.

Je le regarde se confondre avec les nuages ; je ne me sens pas du tout soulagé ; au contraire, j’ai le sentiment d’une perte irrémédiable, comme si je m’étais volontairement amputé de quelque chose.

Les quelques semaines qui suivent sont sans rêves ; j’éprouve une répugnance profonde à entrer en moi. Je me contente de vivre l’instant, obstinément. Je sens que cela prendra du temps, je me sens comme convalescent.

Cette obsession pour le vol a été mon chemin de fuite pendant cinquante ans… Mon mental est en état de manque… Il voudrait croire que rien n'est arrivé ; d'ailleurs, à cette époque, un bimoteur passe tous les jours au-dessus de la ferme avec un bourdonnement insistant d'insecte : pour moi, c'est pire qu'un furoncle, jusqu'au jour où je ne lève même plus les yeux, ça va mieux.

Jour après jour, le travail manuel me maintient les pieds sur terre et je commence à apprécier de vivre pleinement le présent, sans nécessité d'une échappée-refuge dans le mental. J'ai de plus en plus l'impression de vivre en couleurs, puis je recommence à rêver.

J'imagine qu'il y aura des alternances mais je sais que cette obsession a perdu beaucoup de son énergie d'attraction ; je sais maintenant que ces heures passées à me récréer dans la fiction mentale ont été soustraites de mon vécu ; j'essaie de ne pas oublier que je renonce non pas "à un rêve d'enfant", mais à une chimère commode enracinée dans l'enfance, à l'âge où l'infériorité physique commence à faire souffrir et pousse à larguer les amarres du monde réel.

Fin d'une vie, une de plus.

Cris (soixante ans)

Notes

*1. Le Monarch pourrait être interprété comme le nom du père du consultant, ou bien comme une image critique de lui-même, de son égocentrisme. *(N.d.A.)*

Lettre 44

Objectif : dépasser mon héritage façonné de haine, de peur, d'envie, de manque de volonté et de manque d'aspiration.

Conception de l'acte : choisir un arbre qui ne soit pas très beau, choisir ma branche.

Prendre de la nouvelle terre dans un pot. Passer une nuit éveillée près de l'arbre, avec la nouvelle terre à côté de moi, et faire un bilan de ma vie. La finalité est de bien voir ce qui, en moi, est bien attaché à cet arbre. Le matin, au lever du soleil, couper la branche. Brûler la branche et mélanger les cendres à la nouvelle terre.

Pendant un certain temps, je dois être attentive à ma nouvelle terre, l'arroser, la regarder tous les jours. Finalement, le moment venu, acheter un oranger (variété douce) et le planter dans ma nouvelle terre.

Déroulement de l'acte : d'abord j'ai choisi l'arbre. J'ai trouvé un arbousier assez sec. J'ai choisi une branche solitaire, les autres branches étaient toutes entremêlées. Une tente a été plantée près de l'arbre pour m'abriter. Quand la nuit est arrivée, je suis partie avec une scie, ma nouvelle terre, un réveil pour ne pas dormir et un thermos de thé chaud.

Dans la nuit, malgré mes repères, j'ai eu des difficultés à retrouver l'arbre. Je suis restée à côté de lui pour m'imprégner de l'essence de cet arbre. Là, j'ai fait des exercices pour visualiser ma vie et chercher les points en commun, ce qui me lie encore à cet arbre.

Tout de suite les images de ma vie ont défilé. Plus d'une fois j'ai eu envie d'abandonner. Je trouvais cela trop fort, trop douloureux. Je pleurais. Mais j'ai continué sans répit. Pendant toute la nuit j'ai fait un bilan de ma vie. J'ai commencé par le début, j'ai vu les erreurs commises, j'ai décortiqué mes comportements marqués par cet héritage.

Bien avancée dans la nuit, je me suis sentie obèse de négativité. Je n'en pouvais plus, j'étouffais, je sentais très mauvais. Heureusement, peu après le soleil s'est levé. Alors, j'ai senti une forte envie de me détacher de cet arbre et je l'ai coupé avec beaucoup d'énergie. Puis j'ai passé quelques jours avec le pot plein de ma nouvelle terre et la branche coupée.

Un jour je me suis levée et je savais que le moment de brûler la branche était arrivé.

La branche a pris du temps à brûler. Je regardais le feu et j'ai eu des émotions contradictoires. À certains moments je me sentais libérée, à d'autres je sentais une énorme tristesse. Je me suis quand même concentrée pour sentir la partie de moi qui brûlait avec cette branche.

Puis, j'ai pris les cendres et je les ai mélangées avec la terre. Et alors, je me suis sentie prête pour aller acheter mon arbre. Quelle déception, pas d'oranger avant un mois et demi ou deux mois. Donc, patience. Un travail de volonté journalier a commencé : être attentive à ma nouvelle terre tous les jours. Puis, sans m'en rendre compte, je suis retombée dans les aspects liés à ma mère et voilà que je retrouve dans ma voiture un petit morceau de branche. Je l'ai brûlé tout de suite.

Les jours ont suivi avec beaucoup de hauts et de bas, des alternances assez violentes. Puis, soudain, on me propose d'aller travailler à Paris, pendant quatre jours. J'ai tout de suite pensé à mon pot de nouvelle terre, impossible à traîner avec moi. J'ai donc décidé d'en prendre une partie et de l'emmener avec moi.

À Paris, je dois partager la chambre. Cela me pose des problèmes pour mon rapport intime avec ma terre. À la dernière minute, on me donne une chambre pour moi toute seule. Ouf !

Ces quatre jours à Paris ont été très spéciaux. D'un côté, j'ai été plongée dans un cadre très beau, très chic, très féminin, et d'un autre côté, les personnes avec lesquelles je travaillais correspondaient à ma matière première, à la branche que j'avais coupée et brûlée. Et puis nouveau

changement d’endroit à cause de mon travail. Cette fois-ci je suis mutée à Séville.

Et alors qu’à Madrid il fallait attendre, à Séville la saison est presque terminée. Heureusement j’ai pu acheter l’oranger, très fleuri. J’ai planté l’arbre, chez des amis. J’ai eu beaucoup d’émotion. C’est un beau petit arbre avec un parfum qui me transporte dans un nouveau monde, plus propre, plus gai.

Cet acte posé est un pas vers une façon de vivre différente.

Émilie

Lettre 45

Je suis à la fois très orgueilleux et de tendance suicidaire : “La vie est un bagne, il vaut mieux mourir.” J’ai demandé à être libéré de cela.

L’acte proposé est en plusieurs parties : placer des excroissances très encombrantes attachées à chacune de mes cuisses. Décorer ces excroissances de quelques échantillons de matériel d’alpinisme, de photos de mon passé héroïque de montagnard isolé. Et attacher aussi une poupée représentant le mépris de la femme. Vivre harnaché comme ça pendant dix jours. Puisque je veux toujours mourir, entrer avec tout ça dans un cercueil et y rester jusqu’à ce que j’en aie marre. Écouter en même temps un requiem. En sortant du cercueil, brûler le tout, cercueil et vêtements compris. Brûler une photo de mon père, une photo de ma mère et boire dans un verre de liqueur amère une poignée des cendres très spéciale. M’habiller de tout nouveaux vêtements violets. Préparer un bon repas sur ce feu pour mes amis.

J’ai découpé les excroissances dans des panneaux de bois, ça me faisait un encombrement d’un mètre de large. J’ai “décoré” le tout comme prévu. Pendant dix jours je me suis cogné bruyamment un peu partout, j’étais mal assis et en me déplaçant je m’accrochais partout. Bref l’inconfort assuré, un harcèlement fatigant.

Dix jours d’envie de laisser tomber tout ça, parce que ça limitait considérablement mes possibilités d’exister, de me déplacer facilement. Toutes mes activités étaient gênées. C’est devenu de plus en plus long à supporter. Après ces dix jours, je suis donc entré tel quel dans un cercueil, seul dans une chambre noire, occultée, sans réveil, sans repère de temps. Presque en permanence, j’écoutais le *Requiem* de Mozart.

L’immobilité est vite devenue une torture et j’ai rapidement considéré qu’il valait mieux profiter de la vie, voir les autres. J’ai tenu comme ça pendant trois jours. Le troisième jour après-midi, je suis sorti, j’ai tout brûlé sur un gros tas de bois, y compris mes vêtements. Je me suis habillé avec les nouveaux vêtements. Il pleuvait fort. J’ai bu un verre de liqueur amère avec une poignée de cendres de ma mère et de mon père (morts dans un accident de voiture, j’ai demandé qu’ils soient incinérés ensemble). Malgré la pluie battante et la fatigue, j’ai pu réaliser le repas prévu sur le feu et finir la soirée avec plaisir entre amis.

Je dois signaler que je suis sujet à de fréquentes crises de ventre qui me bloquent complètement. Depuis la réalisation de cet acte psychomagique, je n’ai plus eu de telles crises. J’admets que j’ai encore de temps en temps une vague de dépression, mais tellement plus légère et bien plus facile à contrôler et à en sortir. Merci la psychomagie.

Miguel

Lettre 46

Objectif : j'ai voulu réaliser un acte pour aider mes fils à se libérer du poids que je leur fais porter. Je n'ai pas été une bonne mère. C'est plutôt mon fils aîné qui a joué le rôle de père pour moi, il m'a même souvent tirée de situations dangereuses dans lesquelles je m'enfonçais régulièrement, dans des relations avec des hommes violents que je choisissais presque toujours noirs. Quant à mon plus jeune fils, j'ai été absente.

L'acte qui m'a été proposé devait se réaliser entièrement seule, à Paris ; il devait s'étendre sur sept jours. (Il s'est, en réalité, déroulé pendant huit jours, pour la raison exposée plus loin.) Ne parler à personne de mon acte. Déposer sur mon lit les photos de mes fils. Photos très réduites, afin de voir à quel point ils étaient inexistants pour moi. Porter une perruque blonde. Coller sur les murs latéraux de ma chambre d'un côté des photos de Noirs, Beurs, Hispanos, Italos, en somme des hommes de couleur, plus deux ou trois Blancs perdus dans le nombre, et de l'autre côté des petites filles tristes. Sur le mur également, coller un fouet de cuir noir.

Porter sur le ventre un énorme pénis avec de gros testicules, coller sur chacun la photo réduite de chaque fils. Dormir avec le pénis collé sur le ventre. Au niveau du cœur, porter, collée aussi, une pierre plate de la taille de mon poing. Dormir aussi avec elle.

Un jour sur deux, vivre en petite fille narcissique, euphorique, et en petite fille dépressive. Le jour euphorique, dormir tournée vers les mecs, et celui dépressive, tournée vers les petites filles tristes.

Pendant sept jours, trois fois par jour, pendant dix minutes, regarder et montrer à des gens imaginaires les miniphotos de mes fils, en les idolâtrant. À l'intérieur et à l'extérieur. Au bout de ces jours, garder les photos de mes fils, réunir tous les éléments utilisés : perruque, fouet, gode, pierre, photos

des mecs et des petites filles et les jeter dans la Seine. Puis me rendre sur la tombe de ma mère, à Sceaux, afin d'affirmer ma volonté de ne pas mourir dans la haine et sans m'être réconciliée avec mon âme.

Aller à l'église de mon enfance, y faire bénir de l'eau. Me laver avec cette eau, et purifier ma poitrine. En garder une partie pour plus tard. Pendant tout ce temps, garder deux colombes dans une cage.

Après m'être lavée à l'eau bénite, partir avec les deux colombes, auxquelles seront accrochées les photos réduites de mes fils, me rendre au Sacré-Cœur de Montmartre, verser sur chacune, d'abord sur l'aîné, puis sur la deuxième, trois gouttes d'eau bénite, les lâcher, d'abord l'aîné, puis le deuxième, en les embrassant avant.

Déroulement de l'acte : avant de partir, mon mental était fou. Je me suis donc soumise à l'impulsion du moment, sans rien désirer, ni spéculer sur les résultats. Je dois plonger dans l'étang des souvenirs, pour clarifier ma vie aux côtés de mes fils. À Paris, en janvier, vers 10 h 45, je partais m'installer dans mon appartement, dans lequel j'étais assurée de ne pas être dérangée par une femme de ménage.

J'avais déjà acheté le pénis à Séville. Quai de la Mégisserie, j'achète deux colombes mâles. Ce n'était pas la bonne saison, mais j'en ai trouvé malgré tout. Je me procure une longue perruque blonde. Dans un supermarché du sexe, je trouve auprès d'un balèze noir un fouet en cuir noir.

Je profite encore de l'énergie que j'ai pour me rendre à Saint-Jacques-du-Haut-Pas, ma paroisse d'adolescente. Le sacristain, noir également, me conseille de revenir le lendemain pour l'eau bénite.

J'y suis retournée le surlendemain, perruquée, ce qui n'a pas eu l'air de l'étonner ! J'ai eu par la suite, après être passée sur la tombe de ma mère, un autre litre d'eau bénite par le curé avec un texte de baptême !

Les éléments étaient en ma possession, les miniphotos installées sous mon lit.

1er jour : je suis affublée du sexe collé sur mon ventre, de la pierre collée sur ma poitrine, je suis difforme. Comment puis-je être autrement ? Une mauvaise mère n'est pas "esthétique".

Une colombe me préoccupe déjà. Je mets sur elle le nom de mon fils aîné, il a le plus souffert de mon égoïsme et de mon infantilisme. Jour de la petite fille euphorique. Cela me donne des nausées, je pleure en idolâtrant mes fils, dans le studio. Dehors, c'est plus difficile. Je les vois tristes, ils ne reçoivent rien de moi.

2e jour : je n'ai pas bien réussi la petite fille dépressive. Je passe à la boutique de ma mère, rue des Feuillantines, elle porte le nom d'*Art et Métamorphoses*. J'y vois un bon signe pour mes fils.

À l'extérieur, j'ai toujours du mal à me laisser toucher, je me sens encore bloquée par mon image narcissique.

3e jour : petite fille narcissique, j'essaie de donner dans la main les graines aux colombes. Elles n'en veulent pas. Cela prouve mon peu d'énergie maternelle. Les colombes chantent toute la nuit, à toutes les heures. Je ne dors plus. Je suis excédée. Je comprends que la mère égoïste ne veut pas être dérangée. J'ai fait cette constatation quand mes enfants étaient petits. C'est l'antimère aimante, vigilante, patiente. Avant de faire l'exercice de dix minutes, je sens une douleur à la poitrine. L'exercice est toujours pénible à l'extérieur. En présentant les photos à une femme imaginaire, celle-ci ne comprend pas pourquoi je pleure, je devrais me réjouir de découvrir leurs qualités. Ils m'ont dépassée par leur intelligence et leur cœur, tant mieux !

4e jour : le sexe me paraît de plus en plus lourd. La pierre me blesse, cette impression sera chaque jour plus forte. Le poids du sexe et un cœur de pierre m'ont empêchée d'être une bonne mère.

5e jour : journée euphorique, petite fille narcissique. Un choc : le miroir, l'horrible sorcière aux cheveux longs, une nudité salie par le sexe, écorchée par la pierre. La haineuse !…

6e jour : dans le parc Montsouris, pour l'exercice de dix minutes dehors, un homme noir me tend un document : "La Voie de l'Espérance". Il me demande si je crois au Christ, si j'ai la foi : "Oui !"

Je sens, jour et nuit, le poids de la pierre. "Transformer la pierre en Vie…"

7e jour : une fièvre m'envahit. Les colombes me demandent quelque chose. Mes tensions augmentent, je suffoque. Les colombes sont mes deux fils : leurs appels d'affection, de caresses.

8e jour : remplace le deuxième jour que j'ai considéré comme nul. C'est presque le terme de mon acte, mon angoisse est grande. J'ouvre au hasard *La Danse de la réalité* : l'histoire de l'homme dont la mère, narcissique, ne se préoccupait que d'elle et de ses rides… Oui, je suis ça !

Je crois qu'une colombe s'est cassé la patte. Je fonds en larmes, je la magnétise. Douloureux constat : manque de vigilance, d'attention. Au bout d'un moment, elle reprend vie.

Je suis en rage : je retire tous mes accoutrements et je me rends au quai de Tolbiac. Mon fils aîné est né tout près. Je lance le paquet pesant dans la Seine et je remonte les marches sans me retourner. Je me sens légère, pour me rendre à Sceaux sur la tombe de ma mère et, en sanglotant, je lui affirme trois fois ma volonté de ne pas mourir dans la haine et sans m'être réconciliée avec mon âme.

Les colombes sont déchaînées. Je me lave avec l'eau bénite, je la laisse sécher sur ma peau. Elle me rafraîchit. Je purifie ma poitrine qui – souillée par la dureté – me paraît douce. Je pars avec les colombes dans une grande boîte. Au cou de chacune d'elles, j'ai accroché avec un fil de couture la miniphoto de chacun de mes fils. Il gèle à pierre fendre. Le chauffeur de taxi me dit que c'est une bonne idée d'aller au Sacré-Cœur, avec ce beau soleil. Il entend des pattes gratter dans la boîte. Je lui dis que ce sont des colombes.

— Ah, vous allez les envoyer à Dieu ?!…

— Oui !

— Vous avez raison !

Passer avec une grande boîte dans l'escalier du dôme n'est pas une partie de plaisir !… et ce pendant 329 marches… relève presque du record !

Bien, je gravis 70 marches et je m'arrête sur le premier palier. Je pose trois gouttes sur la colombe de mon fils aîné, je la prends dans mes mains, je l'embrasse, je la dépose sur un muret pour qu'elle s'envole. Je fais la même chose pour mon autre fils. Je les place côte à côte. Maintenant, ils sont tous les deux face à leur liberté. Le premier fait quelques sauts, s'envole un peu. L'autre s'envole tout à fait.

Je constate que le fil de la photo s'est pris dans la patte de l'aîné. J'essaie de le dégager, mais elle saute et s'éloigne.

Je suis en paix, merci.

Raissa

Lettre 47

L'acte : m'habiller en curé, avec un crucifix, porter dans mon slip une cervelle d'agneau, coller sur ma poitrine les photos de mon père et de ma mère. Me promener comme ça pendant une heure, sans m'adresser à personne, mais en regardant tout le monde avec un grand mépris. Si quelqu'un me parle, lui faire un sermon. Puis, tout enlever et aller le déposer dans un couvent d'hommes. Manger la cervelle et boire les cendres de la photo de mon père dans du vin et celles de la photo de ma mère dans du lait. Ensuite, m'habiller de façon très féminine.

Déroulement de l'acte : je suis d'abord partie chercher la soutane. Je n'avais aucune idée de si ce serait facile ou difficile à obtenir, ni de l'endroit où en trouver une. J'ai commencé par le centre de Madrid, et après avoir visité cinq magasins, une rue de prostituées et avoir été découragée par des commerçants, des nonnes et des vieilles filles, j'ai failli abandonner pour ce jour-là.

Mais je me suis rappelé les mots d'Alejandro comme quoi il fallait insister si des obstacles apparaissaient. Donc, je suis entrée dans un dernier petit magasin qui n'augurait rien de meilleur, je n'ai même pas traversé le seuil, d'où j'ai demandé si par hasard… Et là, j'ai trouvé "la" soutane qu'il me fallait. C'était la seule qui restait dans ce magasin géré par une femme monstrueuse, tellement elle était grosse, et très maternelle : rassurante, enveloppante. La soutane restait parce qu'elle était de petite taille… pour un homme, mais idéale pour moi. Je l'ai prise sans hésiter. J'ai payé sans ciller le montant de la pièce, composé du chiffre 3, et accepté avec un sourire reconnaissant un immense catalogue d'objets liturgiques. Je suis partie. Exactement trois portails plus haut, je suis passée devant un bouquiniste. Tiens, je pourrais m'acheter une vieille Bible ! Le bouquiniste

m'en propose trois, je prends une Bible classique. Je reviens sur mes pas pour m'acheter un crucifix dans un magasin géré par des bonnes sœurs. Je le choisis, le paye et normalement on aurait dû me rendre la monnaie – un petit montant –, mais la nonne caissière estime que ce n'est pas nécessaire. Elle me fait un sourire débile et béat, fait demi-tour et disparaît.

J'entre dans un restaurant et en attendant, je feuillette la vieille Bible. Et soudain, j'éclate de rire : la Bible en question a été éditée en 1947, l'année où mes parents se sont mariés. Le lendemain, je suis sortie chercher une perruque, je voulais faire un curé crédible et pour cela je devais cacher mes abondants cheveux. J'ai aussi acheté un large bandage pour cacher ma belle poitrine et un slip d'homme très blanc.

Le choix du couvent d'hommes n'a pas été facile non plus, car il y en a surtout pour des femmes. J'ai choisi Los Jerónimos, près d'Atocha. J'ai voulu aller voir où c'était et quand j'y suis arrivée, il y avait une file interminable de gens pieux qui venaient adorer le "Cristo de Medinaceli" qui s'y trouve. J'ai demandé à un vieux couple s'il y avait toujours une communauté religieuse. Ils ont confirmé.

Il ne me restait qu'à acheter la cervelle, le vin et le lait, ce qui n'a pas été trop difficile. Curieusement, la première bouteille de vin qui m'est tombée sous la main, c'était un Paternina. Ce nom convenait bien à son but.

Samedi matin. Inutile de dire que la nuit qui a précédé l'acte a été agitée. Le lendemain, je me suis levée, habillée et coiffée de la perruque. La cervelle entre les jambes me dérangeait beaucoup, la photo de mon père, assez grande, me grattait la peau sensible du ventre. J'ai écrasé ma poitrine et grossi mon ventre avec des lambeaux d'un vieux tissu en laine noire. Je me suis maquillée pour grossir mes sourcils trop fins et effacer mes lèvres trop rosées. Le résultat était effrayant ! J'en ai pleuré, tellement je peux facilement pencher vers le masculin. D'ailleurs, ce déguisement me poussait à garder une grimace très désagréable qui me rendait encore plus masculine et laide. Et je suis partie comme ça.

J’avais décidé que je me garerais dans le parking inférieur d’Atocha, afin d’avoir un endroit calme pour pouvoir me changer et un point de départ proche de lieux connus et du couvent choisi. Je l’ai fait ainsi. J’ai trouvé une place assez isolée, j’ai enfilé ma soutane et je suis partie à pied, le cœur battant. Je portais mon crucifix, ma Bible et le bourrage. Et une écharpe noire autour du cou parce qu’il faisait très froid et qu’il pleuvinait.

La première chose à contrôler : l’allure de ma démarche. J’avais envie de courir, mais un pas lent et solennel convenait beaucoup mieux au personnage. Et en fait, cela m’a aidée à y plonger beaucoup plus rapidement. Mais au départ, mes jambes tremblaient. J’ai enfilé une large avenue, près du Prado et du Retiro. Soudain, un petit groupe familial, à l’évidence perdu, s’est arrêté devant moi et m’a demandé où se trouvait le musée. Des Portugais. Je leur ai fait un signe vague de la main et les ai envoyés dans le sens contraire en grognant quelques mots incompréhensibles. J’ai continué à marcher. Horreur ! Cinq minutes plus tard, on s’est retrouvés face à face à un carrefour, eux toujours perdus, évidemment. Ils m’ont redemandé où se trouvait le musée. Là, je leur ai refait un geste méprisant et vague en leur disant de continuer tout droit.

Puis, j’ai trouvé une entrée au Retiro et je l’ai prise. C’était marqué “Portail de l’Ange Déchu”. J’ai enfilé une large allée, j’ai marché – en me forçant – au milieu des trottoirs pour obliger les passants à s’écarter à mon passage. Quand je voyais un groupe au loin, au lieu de l’éviter, je fonçais droit vers eux. Surprise, les gens réagissaient en s’écartant avec un certain respect, d’autres avec la plus grande indifférence.

Je me sentais vrai(e) dans mon curé, au fond, le rôle m’était facile à jouer. Un groupe d’Équatoriens m’a regardé(e) avec une certaine vénération, regard auquel j’ai répondu par la plus grande indifférence. Au bout d’une heure, j’avais surtout très froid. J’ai entamé le retour vers la voiture et sur le chemin, une jeune femme débile s’est arrêtée pour me regarder.

J’ai tout enlevé, lentement. Je me suis démaquillée, recoiffée. J’ai tout mis dans un sac, j’ai gardé les photos et la cervelle dans la voiture, je suis allée aux toilettes pour enlever mon slip, que j’ai aussi mis dans le sac, et je suis partie vers le couvent. Au moment de quitter la gare, le soleil était sorti, éclatant. Et là, j’ai commencé à sentir les premiers effets de l’acte magique. J’ai été envahie par une émotion très intense liée à la femme que je suis vraiment une fois qu’on me retire cette épaisse peau masculine sous laquelle je me suis déguisée toute ma vie. J’étais dépouillée de ce qui m’avait toujours protégée et donné une fausse assurance. Et je me suis sentie extrêmement fragile, petite et vulnérable. J’ai pleuré jusqu’au couvent.

Je n’ai rencontré aucun obstacle pour déposer mon sac avec soutane, crucifix, Bible, slip, perruque, écharpe et même bandage et lambeaux. J’ai entendu des voix derrière la porte, il y avait donc quelqu’un. Je suis repartie vers la gare et si à l’allée je pleurais, au retour je sanglotais.

Amén,

Neus

Lettre 48

Toulon, le 3 juillet 1999

Je m'appelle Roland. Lors de ton dernier séminaire à la fin du mois de mai à Toulon, je t'ai fait part de mon problème d'aphtes dans la bouche depuis ma tendre enfance. Je t'ai expliqué que ma mère n'avait jamais désiré ma venue au monde et qu'elle avait mis tout en œuvre pour l'éviter. Tu m'as demandé ma profession et je t'ai répondu que j'étais sous-marinier dans la Marine nationale. Tu m'as alors donné cet acte psychomagique que j'ai réalisé deux semaines plus tard, à la lettre, comme il se doit. Je me souviens que je le vivais déjà au fur et à mesure que tu me le dictais.

Voici mon récit :

J'ai acheté une statue de la Sainte Vierge, loué du matériel de plongée et acheté un arbre (un camphrier) pour l'accomplissement de mon acte.

Le vendredi 11 juin 1999, je suis descendu dans la mer avec la statue de la Sainte Vierge. Une fois au fond de l'eau, j'ai laissé éclater ma colère, évacué toute cette violence qui était en moi tout en lui transperçant les oreilles. Je n'avais plus la notion du temps mais je crois l'avoir insultée pendant de longues minutes durant lesquelles l'émotion a été intense.

J'ai ressenti une vague de colère me submerger dès l'instant où j'ai commencé à lui percer les oreilles. Puis, une fois cette colère exprimée, toujours au fond de l'eau, je l'ai embrassée, l'ai enlacée dans mes bras. Je me suis ensuite un peu promené avec elle au fond de l'eau. J'étais bien, presque comme un bébé dans le ventre de la mère, heureux de sa proche venue au monde.

Je suis revenu ensuite à la surface et l'ai sortie de l'eau. Un fait surprenant est survenu en faisant surface. Je n'étais pas très loin du rivage. J'ai aperçu sur le bord du rivage une statue du dieu Neptune regardant dans

ma direction. Je ne m'étais pas rendu compte de sa présence avant de me mettre à l'eau.

Le lendemain matin je devais terminer mon acte. Le hasard a voulu que mon fils Alexandre soit avec moi, car je devais aussi m'en occuper. Par ailleurs, cela ne m'a pas gêné pour agir.

Nous étions dans la voiture en direction de l'endroit où j'avais décidé d'enterrer la Vierge (à Notre-Dame du Mai) quand il me posa cette question : "Papa, cette statue, c'est ta mère ?" (Alexandre a cinq ans). Et je lui ai répondu que oui, cette statue représentait ma mère. Satisfait de cette réponse, il ne m'a plus rien dit. Je sentais que mon fils était heureux d'accompagner son père, cela se voyait d'ailleurs sur son visage.

Nous sommes arrivés à un endroit que je ne connaissais pas. À ce lieu, plantée sur un pin parasol, il y avait une pancarte dont le texte disait : "Ici, des enfants des écoles ont participé à la reforestation." Il y avait également le panda de la WWF sur un petit panneau indicateur. J'ai pensé que c'était l'emplacement idéal pour terminer mon acte.

J'ai creusé un trou dans la terre et j'y ai déposé la statue de la Sainte Vierge.

J'ai modelé un petit phallus avec un peu de pâte d'amandes. Je l'ai placé entre mes lèvres. J'ai baissé mon visage vers le ventre de la Vierge et y ai déposé le phallus. J'ai prononcé ces mots : "Maintenant je retrouve le verbe, je retrouve la vie." Alexandre m'observait sans rien dire. Il comprenait tout. Sinon il m'aurait posé toute une série de questions. Il assistait là à la naissance de son père. Il regardait la scène, planté sur ses petites jambes, en me souriant tendrement.

J'ai ensuite enterré la statue et planté le camphrier. Alexandre a tenu alors à arroser l'arbre avec l'eau prévue à cet effet. Il m'a dit qu'il voulait que l'arbre vive, alors il a insisté pour lui donner à boire lui-même.

Depuis, je n'ai pas eu d'aphtes dans la bouche et pour moi la vie n'a plus la même saveur. Peut-être aurais-je la joie de te remercier de vive voix

au mois de septembre à Toulon.

Merci, mille fois merci Alejandro,

Roland

Lettre 49

Barcelone, le 29 juin 2004

Cher maître,

Je m'appelle Daniel Renna, je viens de León. Nous nous sommes vus à Paris le 4 décembre 2002, au café *Le Téméraire*, où j'ai tiré le 17 comme numéro de consultant. Ce n'est que maintenant, près d'un an et demi après notre rencontre, que je me décide à vous écrire. Vous l'aviez dit, l'envoi d'une lettre est le seul paiement exigé après la consultation. Dire que quelque chose de si élémentaire m'a pris tout ce temps ! On pourrait penser qu'écrire une simple lettre en échange d'une consultation gratuite n'a rien de compliqué, mais ce n'est pas du tout le cas.

J'ai fait tout ce que vous m'aviez indiqué, tel que vous me l'aviez indiqué. Après avoir réalisé l'acte psychomagique, je me posais un tas de questions : l'ai-je bien fait ? J'ai dû prendre sur moi pour ne pas vous appeler au téléphone, vous écrire par mail ou aller frapper à votre porte. J'ai de la famille à Paris, je peux facilement m'y rendre ! Mais comme je l'ai lu sur un site, "le maître ne parle qu'une fois", et j'ai respecté ce principe. Je m'estime heureux du résultat. Ce que j'ai reçu dépasse de loin ce que j'avais imaginé.

L'objet de ma consultation était le suivant : "J'ai une maladie d'origine auto-immune appelée « arthrite psoriasique », qui provoque une inflammation des articulations et une desquamation de la peau (dans mon cas, les pieds, la tête, les parties génitales et l'anus). Je veux guérir."

La première chose que vous m'avez dite en me voyant est "Tu dois pardonner à ton père", et ce avant même que je coupe et que je dispose les cartes sur la table. (Vous m'avez dit ensuite qu'il vous avait suffi de me voir pour poser ce diagnostic.) Vous m'avez interrogé sur mon arbre

généalogique. Mon père était un politicien brillant, mais il a fini alcoolique et atteint d'une maladie psychiatrique. À un moment donné, il a cédé tous les biens de la famille. Il n'a jamais été présent pour ses enfants. Je n'ai jamais pu lui parler plus de quinze minutes. (Il souffre aujourd'hui d'Alzheimer, bien qu'il n'ait que soixante et un ans.) Je vous ai raconté que mon grand-père paternel s'était suicidé. Du côté maternel, je vous ai expliqué que mon grand-père avait tué ma grand-mère quand ma mère n'avait que trois ans. Je crains que ne soit en train de se reproduire une maladie familiale, certes moins grave, mais une maladie tout de même. Je suis l'aîné d'une fratrie de quatre. Premier enfant de ma génération, né dans cette famille après une série de morts violentes et de maladies.

J'ai tiré les cartes suivantes : Le Soleil, La Mort et Le Monde. Vous les avez expliquées ainsi : Le Soleil représente le père, La Mort la maladie et Le Monde le corps.

Vous m'avez proposé l'acte psychomagique ci-après : je devais me couvrir entièrement le corps d'argile rouge, et ma femme aussi. Puis je devais me rincer à l'eau bénite et la boire. Après quoi, il fallait que je m'enduise de miel d'acacia et que ma femme et mon fils me lèchent. Une fois propre, je devais enfiler des vêtements propres et des sous-vêtements blancs. J'avais aussi pour consigne d'acheter une plante et, avec ce qu'il resterait d'eau bénite, de l'arroser.

J'ai passé une vingtaine de jours à tout rassembler. Je n'ai pas eu de mal à me procurer l'argile, les vêtements et la plante. Pour le miel d'acacia, j'ai dû me rendre dans divers magasins jusqu'à en dénicher. L'eau bénite a été la trouvaille la plus incroyable. J'allais devoir rincer une grande quantité d'argile, pas seulement sur mon corps mais aussi sur celui de ma femme. J'ai envisagé d'entrer dans des églises pour en voler, mais je n'aurais pu en récupérer qu'un peu à la fois. Finalement, j'ai choisi la solution la plus fantastique : j'ai acheté un bidon d'eau (de cinq ou huit litres), je suis allé à l'église la plus proche de la maison, j'ai parlé avec le prêtre et celui-ci,

après avoir protesté et m'avoir averti que le fait de bénir l'eau n'avait rien de magique, a bien voulu donner sa bénédiction à mon énorme bidon. (Je ne lui ai à aucun moment donné d'explications.) C'était même assez comique de voir cet homme en train de bénir une grosse bouteille en plastique dans une petite salle, en tête à tête avec une personne qu'il ne connaissait ni d'Ève ni d'Adam.

Après avoir tout réuni, j'ai décidé d'accomplir l'acte le 25 décembre, en suivant vos instructions au pied de la lettre.

Tous mes vêtements étaient neufs et immaculés, hormis les chaussures, que je n'ai pas réussi à trouver. La veille au soir, le 24 décembre, au dernier moment, j'ai pu me rendre dans un magasin qui était sur le point de fermer et j'ai acheté une nouvelle paire de pantoufles. Je les ai portées durant les quelques heures qu'a duré l'acte psychomagique, et je les utilise encore.

L'arthrite et le problème de peau n'ont pas disparu, mais ils ne me dérangent plus. Je sens que la guérison est à ma portée. Peut-être qu'il me faut simplement un peu plus de temps.

Pendant les heures que j'ai passées à vous attendre dans le café *Le Téméraire*, j'ai écrit comme jamais je n'avais écrit. Aujourd'hui, un an et demi plus tard, j'ai relu mon cahier. Dans ces pages, j'ai été surpris de lire la description d'un rêve que j'avais fait avant de vous voir et que j'avais consigné : j'étais sur une plage, à regarder la mer et le ciel, bleus et nets, à l'horizon. Le soleil chauffait sans brûler. Jodorowsky apparaissait et se plaçait à côté de moi. Nous regardions vers la gauche, où se terminait la plage. Jodorowsky ramassait une pierre et lui enlevait la couche supérieure. La croûte calcaire tombait, dévoilant une pierre noire, brillante, avec des reflets verts, comme du cobalt.

Pourquoi est-ce que je vous écris maintenant ? J'ai pardonné à mon père. Je suis retourné en Uruguay (c'est là-bas que je suis né) et j'ai vu l'homme qui est mon père. Il était dans un sale état, physiquement et mentalement. Son corps est chargé de toxines. Il a vaincu l'alcool, mais je

n’ai jamais vu quelqu’un d’aussi accro au tabac. Il est addict comme peut l’être un cocaïnomane. On peut à peine avoir une conversation avec lui étant donné que, outre son autisme, il souffre d’Alzheimer.

Cependant, durant ces quelques jours, je n’ai cessé de me répéter “je dois pardonner à mon père”, et je me suis vu en train de le faire. Le dernier jour, au moment de rentrer à Barcelone, mon père m’a remercié d’avoir passé ces “dix jours inoubliables” et a ajouté : “Peut-être que je ne te reverrai plus.” Quand je l’ai pris dans mes bras pour lui dire au revoir et que j’ai eu sa tête entre mes mains, j’ai eu le sentiment qu’il était retombé en enfance, et j’ai ressenti à son égard une grande peine, en même temps qu’un grand amour.

Avec amour et respect,

Daniel

Lettre 50

Nice, le 24 juillet

Bonjour,

Pendant un atelier sur l'arbre généalogique, je vous avais demandé un acte psychomagique pour la violence verbale que j'avais ressentie enfant, adolescente avec ma mère et qui continuait de me gêner dans ma vie présente, me sentant très facilement culpabilisée verbalement.

Séjournant quelques jours chez mes parents, la veille de mon départ, je me suis décidée à faire l'acte : j'ai pu aborder, grâce à un fait récent entre elle et moi symbolique de cette violence verbale, le ressenti que j'avais lors de ces échanges verbaux, la gêne que j'avais de sentir son agressivité envers moi, ma difficulté à faire entendre mon point de vue et mon désir qu'elle comprenne que ce que je faisais ou disais n'était pas contre elle mais pour m'exprimer moi-même, me respecter.

Je lui ai dit que je souhaitais une relation plus douce et pour symboliser cet échange avec elle, je souhaitais le matérialiser par un acte, que je lui ai expliqué. Elle a accepté, me disant que cela ne lui disait trop rien de m'embrasser sur la bouche et… qu'elle ne parlerait pas de tout cela à mon père (elle qui raconte tout normalement…).

J'ai donc enduit de miel mes deux doigts (index et majeur) de la main droite, et lui ai mis sur la langue, l'intérieur de la bouche et les lèvres (elle a été un peu réticente à ouvrir la bouche).

Ensuite nous nous sommes embrassées sur la bouche et j'ai enduit de miel l'intérieur de ma bouche.

Je l'ai enfin remerciée d'avoir participé à cet acte et l'ai embrassée en la prenant dans mes bras.

Il est vrai que je pensais qu'elle accepterait cet acte, tout en craignant moi-même ce baiser sur la bouche car j'ai eu adolescente un véritable dégoût de ma mère, jusqu'à son odeur de peau que je ne supportais plus ; et par ailleurs, elle a toujours véhiculé des dangers sexuels, des tabous et jugements qui ont beaucoup entravé, pesé sur ma propre vie sexuelle, ce baiser entre deux femmes pouvait être qualifié, quelque part en moi, de sexualité lesbienne.

Quand je l'ai embrassée, j'ai été surprise par la douceur des lèvres enduites de miel et le dénuement total de sexualité. Cet acte s'est passé assez rapidement, étant moi-même dans le malaise de l'incertitude de mon ressenti et sentant chez ma mère la jubilation et la gêne d'une petite fille qui va faire quelque chose qui ne se fait pas.

Moi, qui étais distante et ne pouvais pas me laisser aller à trop la toucher quand je l'embrassais, j'ai pu, suite à l'acte, la prendre dans mes bras pour l'embrasser ; mes défenses, ma répulsion s'étaient dissipées. J'étais en paix dans cet embrassement.

J'ai fini d'imaginer ses paroles comme du venin. Je peux enfin sentir la douceur qui est en elle.

Je vous remercie de m'avoir confié cet acte.

La relation avec ma mère s'est durablement transformée.

Merci,

Claire

Lettre 51

Bonjour Alejandro,

Séminaire des 12, 13, 14 février 1999, je t'ai dit que j'étais séropositive depuis sept ans et que je voulais me négativer. Tu m'as répondu que tu ne pouvais rien faire mais que tu pouvais me donner un acte pour m'aider à mieux vivre cette séropositivité. Ainsi, tu m'as conseillé de me confectionner une étoile jaune sur laquelle je devais inscrire "Je suis séropositive" et porter cette étoile tous les jours jusqu'à ce que je me sente bien.

Je me souviens, les jours qui ont suivi, en avoir ri tellement cela me paraissait difficile. Je m'imaginais portant cette étoile dans la rue, dans mon travail (je suis infirmière !). "Jamais je n'y arriverai !" Les jours ont passé. Et plus le temps passait, plus cet acte me semblait difficile. Je savais pourtant au fond de moi que je le ferais.

Plus d'un mois plus tard, le 6 avril, j'ai arrêté de penser, j'ai confectionné chez des amis plusieurs étoiles. Ce sentiment qu'il ne sert à rien de réfléchir, qu'il faut y aller et que je gagnerai en bien-être après.

Ce 6 avril, levée pour aller travailler, j'ai mis mon étoile. J'allais croiser ces quelques personnes que je croise régulièrement sur mon parcours, que je ne connais pas, j'allais dire à mes patients que je suis séro… Mes jambes se sont mises à trembler. C'est la deuxième fois que j'ai peur au point d'en avoir réellement les jambes qui tremblent.

Je suis partie, la tête un peu basse, m'obligeant à la relever, à affronter les regards, à dégager les épaules. J'avais peur que les gens m'agressent ou me rejettent. Peur de ce Monsieur Tout-le-monde un peu trop sectaire, un peu trop con, et dont les réflexions somme toute risquaient de me blesser. Mais tous mes proches sont pourtant au courant depuis longtemps !!!…

Alors que m'importe le jugement éventuel de quelqu'un qu'en plus je ne connais pas.

Eh oui, peut-on être assuré de la réaction de l'autre ? Non, bien sûr. *Alors va, Emmanuelle, fais-le et tu verras bien !* Il faut pour moi apprendre à me défendre et à ne pas me laisser atteindre par les dires d'autrui.

Et puis curieusement, ce premier jour durant lequel j'ai tenu à être seule lors de mes déplacements ne m'a renvoyé aucune agressivité mais quelle énergie déployée pour simplement lever les yeux, se redresser et oser regarder les autres en face.

Les jours ont suivi. Chaque jour apportant une épreuve supplémentaire : ce bar dans lequel je bois mon café le matin, se balader en ville, faire les boutiques, aller au club d'équitation, dans les restaurants… La plupart des gens n'ont rien dit, rien fait, juste fait semblant de ne rien voir, ne sachant, je pense, pas quoi penser ni comment être. Et c'est là que j'ai réalisé que j'avais besoin alors d'une réaction plus directe, plus forte de leur part pour m'aider à mieux accepter ma séro en me poussant à me mettre en colère afin de pouvoir me défendre.

Alors à ceux que je connaissais vaguement et qui fuyaient, je leur ai dit ce qui était écrit sur l'étoile, un peu provocante. Les gens m'ont alors exprimé leur propre crainte avec du rejet ou de la crainte. Je ne me suis pas sentie agressée et leur ai juste répondu que cela faisait sept ans !! Aussi l'ai-je rajouté sur l'étoile.

Et puis effectivement, après quelques jours, je fixais machinalement mon étoile le matin pour ne la retirer que le soir.

Certaines personnes ont eu des attitudes plus compatissantes, du genre "est-ce que vous allez bien ?"…, alors plutôt rassurant pour l'humanité. Mais je m'en foutais. Je n'avais effectivement pas ou plus besoin de cette compassion.

Je ne suis pas en coton, je suis juste séro, c'est comme ça. Et je n'ai plus besoin de leur soi-disant compassion, de leur tristesse… Je veux juste qu'ils

regardent ce que je suis, moi, Emmanuelle, qui, oui, suis séro. Et ce n'est pas parce que je suis séro que je suis en sucre ou fatiguée ou à plaindre.

C'est parce que j'ai manqué de défense que je suis séro, être négative là tout de suite ne résoudra pas mes problèmes de défense.

Le 15 avril, j'ai posé l'étoile et ne l'ai plus remise. Contente de l'avoir portée et de la retirer.

Une fois terminé, je n'ai pas voulu prendre la plume immédiatement. J'ai attendu, les semaines et les mois ont passé. J'ai culpabilisé de ne pas pouvoir t'écrire pour te remercier. Puis j'ai laissé faire. La culpabilisation a disparu. Et j'ai alors compris que je ne parvenais pas à écrire parce que ma demande restait la disparition de la séro.

Ce n'est que depuis quelques jours que je ressens réellement un début d'indifférence face à la séro. Oui, tu m'avais bien expliqué que tu ne pouvais rien faire pour que je sois négative avec un acte, je l'ai entendu mais je ne l'avais pas accepté.

Il était si important pour moi dans ma relation de couple et mes relations sexuelles d'être négative… Je m'étais égarée.

Et la séro ne me pose un problème à l'heure d'aujourd'hui que face à mon désir d'enfant et de relations sexuelles naturelles.

Aujourd'hui je suis parvenue à me respecter davantage face à mon compagnon en refusant l'utilisation du préservatif. Quant à la maternité, c'est un désir de plus en plus fort qui nous demande encore un peu de temps avant de pouvoir être assouvi comme je le désire.

Alors, oui, aujourd'hui je veux te remercier pour cet acte qui m'a permis de mieux m'accepter, ma séro et donc qui je suis, et qui m'aura permis de me dégager du regard des autres afin d'être plus en accord avec moi-même.

Ce chemin qui est le mien depuis maintenant deux ans, c'est celui sur lequel j'avance tout doucement. Et celui auquel j'ai toujours cru, parvenir à vivre épanouie auprès d'un homme et construire une vie personnelle et de

famille, est là devant moi. Et ce sont des rencontres comme la tienne qui m'aident à demeurer sur le bon chemin et, oui, je parviendrai à ce à quoi j'ai toujours cru.

Merci pour ton acte, merci d'exister tout simplement avec ton honnêteté, ton énergie. Merci pour cette ouverture sur le monde et sur nous-mêmes. Merci pour cette étoile, merci d'être là.

Emmanuelle

Lettre 52

C’était le mercredi 29 janvier, et grâce à vous, cette date marquera dans mon existence un événement que je peux assimiler à une nouvelle naissance. J’avais décidé, ce jour-là, de pousser la porte devant laquelle le chemin de ma quête s’arrêtait, une porte devant laquelle j’avais, pour en masquer le panneau effrayant et inouvrable, accumulé des mots et des mots, écrits ou parlés, mots noircissant des centaines de cahiers, paroles déversées dans les cabinets de psychiatres ou au long des couloirs des asiles pour malades mentaux. C’était comme un maquillage : maquiller cette porte que je ne pouvais ouvrir et derrière laquelle je devinais le “noir secret” dont il m’arrivait de parler devant le psychiatre sans qu’il parvienne à me guider vers les gestes nécessaires à l’ouverture de cette porte. Maquiller le savoir enfoui qu’aucune thérapie de la parole ne ramenait au jour de la conscience constituait l’activité principale de mon existence dans le seul but de survivre…

Incitée par votre traductrice qui m’avait entretenue de vos ouvrages, de votre pouvoir de faire ressurgir à la conscience les traumatismes soigneusement enfouis dans l’inconscient et de ces actes psychomagiques grâce auxquels vous parveniez à délivrer les êtres de leur souffrance, je suis venue vous trouver ce 29 janvier au café *Le Téméraire* où vous réalisez vos lectures des tarots… À votre demande, j’ai formulé la cause de ma “consultation” auprès de vous en ces termes : “Je viens pour que vous m’aidiez à retrouver un événement survenu dans mon enfance et dont l’ignorance m’empêche de vivre et d’être libre. Il s’agit d’un événement violent dont j’ai plus que l’intuition, la conviction, mais que je ne peux ramener à ma mémoire.”

Vous m'avez invitée à battre les cartes et à en tirer du jeu afin de les retourner devant vous. Vous m'avez expliqué au fur et à mesure : la maternité – le père –, l'amant. Vous m'avez proposé de commencer à formuler la question que je me posais et au bout de quelques phrases où j'évoquais un probable acte de violence de la part de mon père contre moi, vous avez pris le relais pour me révéler que oui, mon père, refusant mon sexe et ma naissance, avait commis un acte criminel visant à détruire ce que j'étais et cela en présence de ma mère qui n'était pas intervenue pour me défendre. "Non-assistance à personne en danger", avez-vous commenté. Puis vous m'avez demandé si je voulais avoir un détail, une information supplémentaire sur cet événement et j'ai voulu connaître l'âge que j'avais lorsque cet acte avait été commis ; j'avais trois ans, avez-vous lu sur une des cartes retournées. Ensuite, vous m'avez demandé ce que j'allais faire maintenant que je savais ce que la porte scellée avait caché tout ce temps. Ma réponse, très révélatrice du sentiment de culpabilité que je portais depuis quarante-trois ans pour m'être sentie complice de cet acte destructeur ("demander pardon à mon père"), a déterminé la forme de l'acte psychomagique que vous m'avez proposé : prendre une boule de pétanque, la peindre en noir et la porter sur moi pendant une période de vingt et un jours, période qui représente le temps qu'il faut à un poussin pour éclore de l'œuf. Cette image m'a d'autant mieux touchée que je me suis souvent comparée à un être emprisonné dans un œuf dont il ne pouvait briser la coquille sans une aide extérieure qu'il ne trouvait pas. Au bout des vingt et un jours, il me faudrait me rendre chez mon père pour lui remettre la boule de pétanque en lui disant : "Je te rends ce qui t'appartient. Si tu ne comprends pas maintenant, tu comprendras plus tard ; maintenant, je dois partir." Et laisser mon père avec cet objet qui lui permettra ou non de prendre conscience de l'acte qu'il avait commis naguère.

J'ai suivi la prescription de l'acte psychomagique à la lettre et j'ai porté la boule de pétanque peinte en noir pendant les vingt et un jours prévus. Le

20 février, je me défaisais de la boule et cette nuit-là une forte fièvre m'a tenue éveillée ; fièvre que j'ai interprétée comme un "grand ménage" de l'intérieur de mon être. Plus tard, car je ne me trouvais pas dans la région où mon père a sa demeure, je me suis rendue chez lui pour lui remettre la boule en prononçant les mots que vous m'aviez indiqués. Tandis que je m'en retournais, que j'enfourchais ma bicyclette pour refaire dans le sens inverse les vingt kilomètres que je venais de parcourir, je l'entendis murmurer comme pour lui-même : "Ça m'appartient, ça ?"

Cette visite impromptue avec l'objet que j'apportais ne pouvait que susciter un étonnement sans bornes. Cependant, quelques instants plus tard, il alertait quelques membres de la famille pour leur demander des explications sur le geste que je venais d'accomplir et dont il avait saisi le caractère symbolique.

Pendant ce temps, je rentrais chez moi, perplexe et effrayée tant il me semblait avoir accompli là le geste le plus fou et le plus raisonnable de mon existence. Arrivée chez moi, j'avais faim et je suis allée m'acheter un filet de viande, ce qui mérite d'être signalé dans la mesure où je ne me prépare jamais un repas de ce type. Après m'être restaurée, j'ai dormi pendant une heure. Cependant, ce n'est que le lendemain que j'ai réalisé que j'étais délivrée du poids de la culpabilité et j'ai ressenti une forme de liberté que je ne connaissais pas. Je découvrais la légèreté de ne plus me sentir coupable. J'ai découvert aussi qu'il me fallait apprendre ce monde qui m'était resté étranger, apprendre le sens des gestes et inscrire mes propres gestes dans une réalité dont j'étais restée absente. La lampe d'alarme constamment allumée en moi pouvait s'éteindre. Aujourd'hui, je sens que ma propre vie est entre mes mains et c'est un bonheur que je vous dois.

Pour conclure, je vous donne un aperçu de ce que seront demain mes relations avec mon père : il m'a téléphoné le lendemain de ma visite chez lui pour me demander de mes nouvelles et je lui ai répondu que je referais volontiers avec mon fils, à bicyclette, le chemin de campagne, fort agréable,

qui mène jusque chez lui. Il a aussitôt fixé un jour pour un déjeuner familial. La “paix” est donc assurée. Il fera ou ne fera pas le chemin que la boule noire lui indique mais je n’ai pas besoin qu’il le fasse pour être libre. Quant à ma mère, elle m’a adressé une lettre en me conseillant de me faire soigner, de voir un psychiatre (mes parents sont divorcés mais elle a eu vent, certainement, du geste psychomagique), etc. ; mais à la fin de sa lettre, elle a écrit ces trois mots que je n’attendais plus, quarante-six ans après ma naissance, un “je t’aime” qui, bien qu’il ne signifie plus rien, est un mot de réconciliation.

Chacun des deux acteurs qui ont détruit ma vie opte pour l’attitude neutre qui préserve une forme de paix et me dispense de remous familiaux que je n’ai pas le désir de gérer, occupée que je suis à penser et organiser ma vie à venir, ma vie, tout simplement.

Je sais que l’acte psychomagique ne sera tout à fait abouti et accompli que lorsque cette lettre vous sera parvenue, vous informant du déroulement et du dénouement de l’opération. Voici donc cette lettre et avec elle l’expression de mon infinie gratitude,

Rachel

Lettre 53

Je me nomme Pierre Bénichou. J'ai assisté au séminaire des 29 et 30 mai 1999 à Ollioules. Je suis un élève d'Yvan Amar que je devais saluer de ta part, mais qui nous a quittés avant que je ne puisse le faire, le 18 juin de cette année. Tu m'avais donné un acte qui consistait à me procurer un vagin de vache pour y introduire une pierre (mon prénom) et de l'enterrer dans une belle boîte au-dessus de laquelle je ferais pousser une plante, puis de changer de prénom. Le boucher casher n'a pas été en mesure de me procurer un vagin, je me suis tourné vers un groupe de l'Ariège qui fait de la biodynamie et qui utilise les organes des animaux qu'ils élèvent. Je me suis entendu répondre qu'à cause des dispositions relatives à la maladie de la vache folle, les autorités confisquent systématiquement les organes qui ne sont pas destinés à la vente par souci sanitaire, c'est du moins ce qui est affirmé officiellement, toutes les vaches doivent être abattues dans les abattoirs qui sont sous leur contrôle, cette législation ne concerne pas les autres animaux.

Pierre

Le 12 septembre 1999

Je suis toujours désireux d'accomplir la tâche que tu m'as suggérée. S'il te plaît, que dois-je faire ? Tu peux me répondre par mail ou par courrier. Merci d'avance de ton attention.

*

Cher Pierre Bénichou,

Je ne savais pas qu'il y avait une telle pénurie de vagins ! La réalité est notre propre rêve. Dans ton rêve, il est impossible de trouver un vagin de vache. Les difficultés que tu rencontres sont celles que tu t'imposes pour te défaire de ta mère. Le malade va vers le médecin pour que celui-ci le guérisse, et quand le traitement commence, le malade lutte pour ne pas guérir. Voilà. Je pourrais te dire : "Trouve ce vagin même si tu dois aller au bout du monde !" (Peut-être qu'en Afrique il y en a ! Ou au Japon ? Va-t'en savoir… vers où t'enverront tes rêves.)

Cependant pour toi je ferai une exception : mais je dois penser que tu as des penchants homosexuels. Cherche le meilleur fleuriste de ta ville, commande-lui l'orchidée la plus chère et utilise-la à la place du vagin de vache.

Ensuite n'oublie pas de m'envoyer un message de remerciement !

Bien à toi,

Jodorowsky

Le 12 septembre 1999

*

21 septembre 1999

Cher Alejandro,

Merci pour ta réponse concernant mon incapacité à trouver un vagin de vache et surtout mon incapacité à vouloir guérir. Ton message m'a fouetté. J'ai donc foncé pour accomplir le premier acte. Je me suis débrouillé pour trouver un vagin auprès des services vétérinaires, prétextant un travail scientifique. Comme il n'était pas casher, j'y ai introduit une étoile juive en or et je l'ai enterré dans une belle boîte avec une plante au-dessus. J'ai déposé une carte de visite avec mon nouveau prénom scotchée sur un pot de miel ouvert. Pour l'anecdote, je trouvais la boîte belle mais très légère, le

vendeur m’a répondu “vous n’allez pas y mettre des pierres”. Et, la veille de mon départ pour Toulouse où est enterrée ma mère, la femme de mon ami m’a offert un pot de miel en me souhaitant bon voyage. Il ne faut pas affabuler mais on dirait que ces petits signes parfument le chemin.

Merci encore et à bientôt.

Mahel (ex-Pierre) Bénichou

Lettre 54

Alejandro,

J'avais idéalisé mon père comme Dieu le Père, j'avais le fantasme du Christ.

Tu m'avais demandé de faire l'acte suivant : dans mon jardin, grimé en Christ, couronne d'épines, pagne, stigmates, je me suis crucifié en m'attachant les poignets et les chevilles. Trois femmes, Marie, Marie Madeleine et Jeanne, vêtues de longues robes blanches m'ont accompagné pendant trois heures (bonjour les épaules II !). Un homme avec un visage blanc couvert d'une barbe marron, Joseph, m'a alors détaché, enveloppé dans un linceul blanc et transporté dans un trou profond qui se fermait d'une grande planche (une porte) sur laquelle ils ont posé une pierre. L'homme et les trois femmes disposés chacun dans un coin m'ont veillé une heure. Au sortir du sépulcre, elles m'ont lavé avec sept litres de vin, sept litres d'eau et un litre de parfum de lavande. J'étais hilare. Le lendemain, j'ai enterré le linceul, le pagne, la couronne d'épines, l'écriteau "INRI", et la chrysalide de la cigale.

NB : j'ai planté la croix une heure avant l'acte. Une larve de cigale en a profité pour y grimper et accomplir sa métamorphose. La cigale m'a accompagné et a été mon guide pendant la crucifixion.

Je te remercie du plus profond de mon âme.

Philippe

Lettre 55

Alejandro,

Je t'ai raconté l'acte psychomagique d'inceste avec ma mère. Tu m'as demandé d'y rajouter une réparation et des remerciements. Tu me l'as donné le 28 mai et je l'ai fait le 6 juillet. Il me suffisait pourtant de donner à ma mère trois bonbons et le même nombre de roses rouges à ma femme. Ma mère habite à quelques kilomètres de chez nous et je me suis débrouillé pour les lui envoyer en poste restante à Stockholm où elle était en vacances pour trois jours. Inouï !!! Elle les a reçus. J'ai même fait de la résistance pour offrir les trois roses rouges à ma femme Valérie. Aujourd'hui, je suis ravi.

Alejandro, merci, merci, MERCI.

Philippe

Lettre 56

Alejandro,

J'ai pu me rendre au café *Le Téméraire* le mercredi 12 février pour faire votre rencontre. J'ai tenté en quelques secondes de vous parler de moi, de mon expérience, de mes recherches et de mon travail d'analyse (approche jungienne depuis 1996 complétée récemment par un travail de mantra thérapie/dynamique émotionnelle). Cheminement qui m'a aidé à comprendre et assimiler tant de choses. Mais avec mon mental, sans qu'il me soit vraiment possible de toucher les profondeurs de mon être, l'enfant aux blessures multiples caché sous une épaisse chape d'un matériau très résistant. J'ai essayé de vous présenter mon vécu et ce que je considère être la plus grande épreuve de ma vie. Le temps imparti rendait cette tâche impossible aussi ai-je été très maladroit.

Mon épreuve est la conséquence de ma rupture l'an passé d'une relation avec une femme que j'avais cru être mon âme sœur. Dès notre rencontre, j'avais été transporté, comme par miracle, sur la voie de ce que je croyais être enfin l'opportunité de me réaliser et de trouver ma juste place dans cette vie. Malheureusement notre histoire fut une suite de grandes souffrances intérieures que je ne voulais pas écouter, un amour impossible qui a duré plusieurs années alors que j'espérais toujours recevoir ce qu'elle ne pouvait me donner. Sans doute aussi parce que je portais en moi les blessures et les manques du passé. J'ai réalisé seulement récemment que j'avais idéalisé physiquement une personne qui m'était toujours restée interdite puisqu'elle était séparée mais toujours mariée pendant toute la période de notre histoire.

Un an après la rupture que j'ai moi-même déclenchée, je souffre encore terriblement du sentiment de trahison et d'abandon, parfois même de

jalousie en imaginant que celle qui m'a fait tant de mal est heureuse, alors que moi je souffre. Après cette rupture, j'ai pris conscience qu'il me fallait comprendre pourquoi j'avais fait cette rencontre, elle devait avoir un sens, je devais avoir choisi cette personne pour vivre une leçon vitale. Parmi mes lectures sur la synchronicité, j'ai lu que "les portes les plus importantes de notre existence sont ouvertes par des personnes qui ne les passent pas avec nous", cela m'a parlé. J'ai reçu des réponses sans réel sentiment de guérison, toujours accroché à cet archétype qui me taraude encore l'esprit. Il semble que je n'arrive pas à me pardonner. De plus j'ai perdu mon emploi en fin d'année. Une autre épreuve difficile. Il y a trois ans j'ai voulu changer de métier pour tenter de rejoindre un secteur qui me semblait être en rapport avec mes affinités personnelles. N'étant pas en mesure de rentrer par la grande porte (comme cela a toujours été le cas), j'ai intégré une jeune pousse qui a déposé le bilan. Mon amie avait fortement critiqué mon changement à l'époque, ce qui ne manquait pas de contribuer à l'instabilité de notre relation.

Libre de mon temps depuis quelques mois, j'ai pu approfondir mon travail d'analyse, mettre à jour des blessures du passé, mais surtout beaucoup intellectualiser. Sans guérir. Je vais avoir quarante-deux ans cette année. Souvent j'ai le sentiment d'avoir tout raté et d'être perdu dans le désert. J'ai suivi des voies qui ne me convenaient pas, éprouvant le besoin de prouver que je pouvais réussir. Une fois le but atteint, je devais trouver autre chose, pour prouver encore. J'ai compris que je n'avais pas trouvé ma juste place, on ne m'avait rien donné pour y arriver. C'est sans doute pour cela que ma rencontre avec cette femme m'avait paru salvatrice, je me trompais car je n'avais pas ma place auprès d'elle. Je pensais pouvoir vous rencontrer et, comme vous l'évoquez dans votre livre, avoir l'opportunité de vous parler pendant une longue séance. Je m'estime déjà chanceux d'avoir pu vous voir mercredi dernier.

Les cartes semblaient vous révéler des répétitions, le nombre 16 dominant, à un moment même il me fallait poser une carte sur le 11, et j'ai tiré le 5. Vous m'avez demandé quel était le plus grand amour qui puisse exister, je n'ai pas su répondre. "L'amour cosmique." Vous m'avez prescrit un acte à accomplir. Il me fallait appliquer du miel d'acacia sur ma poitrine, peindre la partie droite de mon front en or, la partie gauche en argent, mettre du rouge sur mon nez, me vêtir d'un costume blanc avec des ailes et des gants blancs. Les chaussures seraient de couleur or et argent. Pour aller à la rencontre de douze enfants et leur offrir douze sacs de billes. Finalement, je devais enterrer le costume et planter une plante.

J'avoue avoir été profondément angoissé à l'idée de marcher dans les rues avec un tel costume, ayant peur d'avoir honte, peur des moqueries, d'être montré du doigt et jugé. J'avais très peur de le faire et peur de ne pas le faire. Il me fallait passer une épreuve initiatique. Alors j'ai trouvé des ailes confectionnées de belles plumes blanches, un sweat-shirt, des gants et un pantalon blancs, des chaussures qu'il m'a fallu peindre, de la peinture or et argent pour le visage et de très belles billes de couleurs scintillantes. J'angoissais en imaginant l'endroit où je pourrais me rendre pour rencontrer des enfants sans leurs parents. Je pensais possible de me rendre à l'école de mon filleul le vendredi 21 février pour la rentrée, mais après en avoir parlé à son père sans tout divulguer, cela apparaissait difficile à cause du plan Vigipirate et des services d'ordre. Ayant réuni tous les éléments le samedi 15, j'ai décidé de me rendre au jardin du Luxembourg pour y rencontrer des enfants le lendemain. Plus tard j'ai réalisé que nous serions le 16, nombre souligné lors du tirage.

Je me suis levé, rasé, douché à l'eau très chaude pour me réchauffer. J'ai appliqué le miel abondamment sur ma poitrine. La température assez basse, malgré un superbe ciel bleu ensoleillé, m'a incité à mettre deux tee-shirts blancs (mais déjà portés) avant de revêtir le sweat-shirt trop fin pour la température du jour. Je me suis rendu au jardin en réalisant que les gens

faisaient toujours la queue pour aller voir l'exposition de Modigliani intitulée *L'Ange au visage grave*. Il était 9 h 30 passé, la journée était digne d'un dimanche hivernal à New York. J'ai marché lentement en me dirigeant vers les enfants que je voyais, sans savoir s'il me fallait dire une chose en particulier, j'ai laissé parler mon cœur. L'un d'entre eux ne voulant pas de mon présent puisqu'il disait avoir déjà des billes, je lui ai proposé d'en faire cadeau à son frère, il ne m'a pas dit qu'il en avait un mais il a accepté mon cadeau en me remerciant. Un autre enfant me tendait la main, il était trop jeune encore pour jouer aux billes, j'ai offert mon présent à sa maman en lui proposant de le lui offrir lorsqu'il serait plus grand. Un jeune homme me voyant arriver m'a fait un grand sourire en m'appelant "l'ange Gabriel", alors je lui ai offert un sac de billes "pour l'enfant qui est en vous", il l'a accepté avec plaisir, peut-être n'était-ce pas dans les règles de l'acte, mais cela était spontané. À un moment, un représentant des services de sécurité m'a approché pour me dire que je ne pouvais pas faire cela, que c'était interdit. J'ai exprimé mon désir de faire des cadeaux aux enfants, sans succès. Alors qu'il me sommait de sortir immédiatement en détournant son regard, je lui ai dit qu'il ne devait pas avoir honte de me regarder, haussant le ton, il m'a répondu qu'il "n'était pas attiré par les hommes"… J'ai souri et quitté le jardin. Il me fallait parcourir les rues avoisinantes afin de faire mes dons à d'autres enfants.

Dès les premiers instants, je n'ai plus tenu compte de mes angoisses, je marchais tel un ange parmi toutes ces personnes emmitouflées dans leurs vêtements chauds, certains se retournaient, je leur faisais signe, d'autres détournaient leur regard. Les joggeurs et autres sportifs me regardaient en souriant pour la plupart, je crois. Il y avait "un ange dans le jardin du Luxembourg". Avant de rencontrer le gardien de la paix, alors que j'étais encore près du bassin central, le soleil dans le dos, je voyais mon ombre et les grandes ailes qui me dépassaient, c'était moi. Après mon dernier don, je suis revenu à ma voiture, j'étais frigorifié. Le miel m'avait bien protégé du

froid (je m'interroge sur sa signification ainsi que celle de l'or et de l'argent sur le front et les chaussures). Je suis rentré chez moi prendre une autre douche bien chaude. Puis j'ai pris la route pour aller à une centaine de kilomètres de Paris. J'avais pensé enterrer mes habits non loin de mon lieu de baptême, il y a de belles forêts et du muguet en mai. J'ai choisi une plante parmi les orangers dorés du Mexique que j'avais achetés pour fleurir mes fenêtres avant les fêtes de fin d'année. Cette plante m'a fait penser à vous et à Pachita à cause de ses origines dites "mexicaines". J'ai fini par choisir un endroit juste derrière l'église romane du XIIe siècle dans laquelle j'ai été baptisé, pensant qu'à l'avenir, lorsque je reviendrai, je pourrai voir l'oranger grandir.

Une chose est certaine, j'ai surmonté ces angoisses qui étaient en moi. Blessures et peur dues aux jugements négatifs, blessures et peur de la honte, blessures et peur des moqueries. Ces angoisses, fruits de l'orgueil que j'ai construit en moi et des résidus de mon passé d'enfant coupé du monde. Avant cet acte initiatique, je me disais incapable de revêtir un costume pour aller à une soirée. J'ai tout oublié en mettant mes ailes, peu m'importait que l'on me juge ou que l'on se moque de moi. Je me faisais remarquer en étant un autre que moi-même, celui que l'on perçoit souvent comme ténébreux, voire supérieur ou inapprochable. Ce qui n'est pas moi.

Récemment, j'ai réalisé sans comprendre pourquoi les gens se faisaient une fausse opinion de moi, souvent négative. Mon seul désir est d'être aimé pour ce que je suis et pas pour ce que je semble être. Je sais que l'acte a changé une partie de moi et contribué à me permettre de me rapprocher du sentiment de paix intérieure.

Peut-être que les autres pourront percevoir le vrai moi dorénavant.

Une autre chose. Je pense pouvoir ne plus laisser personne me faire souffrir comme dans le passé. Un début de guérison s'est opéré en moi. Je sais qu'il y a d'autres blessures qu'il me faudrait guérir et des liens à couper.

Malgré les incertitudes quant à mon avenir, je sais qu'il reste de l'énergie en moi mais trouverais-je enfin la bonne voie ? J'espère vous revoir peut-être dans le cadre d'une visite plus longue, pour progresser encore.

Je vous suis très reconnaissant de votre bienveillance.

Bruno

Lettre 57

Lors du stage de tarot et à la suite du stage de l'arbre généalogique à Bordeaux les 25, 26 et 27 février 2000, vous avez effectué sur moi un acte psychomagique.

Je rappelle les faits : lorsque mon père était dans le coma quelques instants avant sa mort, il est sorti du coma quelques minutes et avec ses yeux il m'a demandé de le débrancher. J'ai profité d'un moment où j'étais seul pour le débrancher, et il est parti quelques minutes après.

Depuis 1967, date de la mort de mon père, mon genou droit me faisait horriblement souffrir.

Vous m'avez "opéré" le genou droit en l'entourant d'un papier sur lequel il était marqué "Culpabilité". En lavant mon genou avec de l'eau, vous avez demandé à mon père de sortir de moi, de me laisser en criant "Sors de là !" (car je sentais une culpabilité en moi). Un participant s'est accroupi à mes côtés, recouvert de plusieurs vêtements, et j'ai tapé sur son dos très fort, en criant : "Sors de là !" Et à chaque couche de vêtements enlevée, je tapais encore, etc.

Et ensuite j'ai brûlé le papier sur lequel était marqué "Culpabilité".

Depuis plus rien. Mon genou ne me fait plus souffrir. Merci encore à vous.

Je vous embrasse,

Amédée

Lettre 58

Objectif de l'acte : il y avait déjà un an peut-être que j'avais entrepris l'étude de mon arbre généalogique. La silhouette me montrait clairement que, sur plusieurs générations jusqu'à ma naissance, une branche maîtresse n'avait jamais tenu : celle des pères. On pouvait y lire de manière cyclique : père inconnu, père disparu, père décédé, père abandonnant sa famille.

Sans papa, je fus aussi abandonné très vite par ma mère. Aujourd'hui, sur ma branche fragile, sous le regard sévère de mes ancêtres, et connaissant la sève qui parcourt mes veines, je suis conscient que ce ne sera pas facile pour moi d'être père et de suivre une autre voie. Cependant, mon désir de changer est fort. Je sais que depuis tout petit, dans mon inconscient se trouve le désir d'être femme. Le masculin n'est pas fiable. En étant femme, je pourrais me faire aimer, surtout par ma mère, une femme blonde. Métis complexé, prisonnier dans la peau d'un être mal-aimé, je préfère me voir comme une grande blonde. Dans mes rapports avec les autres, dans mon couple, je me rattache toujours à cet idéal féminin et je ne parviens pas à être un homme.

Aujourd'hui, ma crainte est la suivante : vais-je rester une femme alors que Django, mon futur fils, s'attend à avoir un père ? Comment devenir homme ? Comment être un père, une présence masculine stable et rassurante ?

Mon vœu est de ne plus me considérer comme une femme mais d'apprendre à être un homme.

Conception de l'acte : une nuit, je me réveille d'un cauchemar qui me parle très clairement de mon identification féminine et où je désire faire la même chose avec mon fils. En bref, le préparer à se dire "Cela ne vaut pas la peine d'être homme". Dans ce rêve je vois la naissance de mon fils

comme l'arrivée d'une grande dame. Je ne pouvais être sûr de l'interprétation, mais j'ai été pris d'une émotion qui m'a poussé à agir. Me vient une intuition : tu pourrais t'habiller en femme et parcourir les rues en chantant. Tu porterais dans ton slip deux œufs. Tu te pavaneras ainsi jusqu'à ce qu'un homme te crie : "Salut beauté !" Ensuite tu ôterais ton déguisement. Tu porterais les œufs jusqu'à la naissance de ton fils. Dès qu'il serait né, tu cuirais les œufs, tu en goûterais le jaune et tu en mangerais la coquille. Ensuite tu ferais goûter l'eau de cuisson des œufs à ton fils en lui expliquant le pourquoi de ce rituel.

Déroulement de l'acte : en me réveillant du cauchemar vers 4 heures du matin, j'ai aussitôt pris la décision de réaliser mon acte, comme une urgence : "Je ne peux plus être une femme."

Je me suis débrouillé pour rassembler des affaires appartenant à ma femme et à ma belle-mère, vivant à l'époque avec nous. J'ai enfilé une paire de bas, un soutien-gorge gonflé à l'aide de grosses pommes, des bottes, un manteau de fourrure. Je me suis maquillé(e).

Me voilà parti à 4 heures du mat', dans les rues désertes du village où j'habite, près de Madrid. Pas un chat naturellement, mais un froid de décembre qui me crispait davantage alors que je tentais de me déhancher de manière sexy dans des hauts talons trop petits. Les deux œufs que j'avais délicatement fourrés dans mon slip me gênaient assez. Craignant de les casser d'une part, ils me paraissaient en plus anormalement lourds : pas de doute je me sentais bien homme, mais le poids des œufs provoquait une "dissonance absurde" avec les vêtements féminins que je portais. J'ai marché pendant une bonne demi-heure avant de voir quelqu'un. J'allais et venais en fredonnant un air de Whitney Houston *(I Will Always Love You)* afin d'éveiller les regards. Ma voix s'intensifiait et je prenais confiance.

Puis quelques voitures, quelques regards effarés. Soudain, alors que je marchais sur le trottoir, en face de la boulangerie, j'entendis un sifflement. Une peur est montée en moi et je n'osais pas me retourner. Derrière sa

porte, le boulanger me sifflait avec intérêt. Je me retournai alors pour lui faire un signe tendre. Les sifflements redoublaient et le boulanger sortit furtivement de sa cage pour m'aborder. "Ssss ! Viens par ici !"

Je pressai le pas un peu comme une biche apeurée.

"Ssss ! Viens par ici !" Je ne savais pas vraiment où il voulait en venir, mais en tout cas mon style semblait l'exciter. Je n'ai pas imaginé que son intention était tout à fait sérieuse. De mon côté, je me sentais comme une femme, avec l'impuissance de me défendre s'il se passait quelque chose.

Le boulanger allongea le pas en regardant autour de lui afin de ne pas être surpris par l'un ou l'autre regard. "Ssss ! Viens par ici !" mais pas de "Salut beauté !". À deux pas de moi et trottinant pour me rattraper, il fut soudain surpris alors que je me retournai et il découvrit avec horreur que mes jambes n'étaient pas aussi douces et attirantes que celles d'une femme.

Avec la peur, l'expression de mon visage avait dû se durcir, ma démarche se déformer et avec stupeur le boulanger s'arrêta, jeta rapidement des regards autour de lui pour voir si personne ne l'avait surpris. Apeuré, il rebroussa chemin jusque dans sa tanière, honteux, dégoûté lui-même d'avoir poursuivi un travesti.

Je passais sans doute encore une bonne demi-heure lorsqu'une voiture d'étudiants s'arrêta et vint me délivrer, criant si clairement d'abord "Salut ma chérie !" et enfin la formule magique "Salut beauté !".

Je rentrai à la maison, surpris de la rapidité avec laquelle mon vœu fut exaucé. Je trouvai une banane et la mangeai aussitôt, ressentant le plaisir d'intégrer ma masculinité.

Puis, pendant environ trois à quatre semaines, j'ai porté les œufs, jour et nuit, en donnant cours, au lit avec ma femme, avec l'angoisse de les casser à tout moment. Jamais je n'avais accordé autant d'importance et de délicatesse à "mes œufs", quand soudain catastrophe. À une semaine environ de la naissance, en allant aux toilettes, un œuf tombe et se brise. J'ai soudain été pris d'une véritable angoisse, pensant que mon acte venait

d’échouer et je n’avais plus aucun recours. En même temps, j’ai senti la tristesse d’un homme ayant perdu l’une des choses les plus précieuses. Criant de rage, je suppliais Dieu quelques secondes, pour trouver une solution.

Machinalement, j’avais pris avant d’entrer aux toilettes un livre s’intitulant *Le Corps subtil, essences et ombres*. Je l’ouvris au hasard et tombai sur cette phrase : “Le guérisseur peut se servir des énergies de l’âme. Il importe de visualiser clairement le processus et de rester concentré sur le chemin jusqu’au terme du travail de guérison.”

Si cela était un message, je me suis dit que je ne pouvais qu’essayer de continuer en étant centré sur les énergies et surtout ne pas perdre la foi. Je goûtai au jaune d’œuf et mangeai la coquille comme dicté dans la recette.

Une semaine et demie plus tard, mon fils est né. Un soir, j’ai cuit l’œuf restant, mangé la coquille et ai fait goûter l’eau à mon fils. Tout en lui expliquant l’histoire des pères dans notre famille, et notre désir de changer les choses et de créer autre chose. Puis j’ai ajouté ces paroles : “Je me réjouis que tu sois un garçon, et je me réjouis d’être ton père.” Aussitôt, quelques minutes plus tard, lorsque ma femme s’apprêta à le changer, il lança un jet d’urine sur elle. Je pensai qu’il s’agissait avant tout d’une explosion masculine, suite à l’acte dans lequel je l’avais impliqué. Cependant des rêves violents quelques jours après m’indiquaient aussi le danger d’utiliser mon fils et de nous allier contre les femmes, pour les détruire. Ce jour-là le jet d’urine m’a été rendu alors que je le changeais.

Django et moi, on a appris à enterrer un homme.

Merci, merci.

Alexandre

Lettre 59

Objectif de l'acte : je n'ai pas été reconnue par mon père, et ma mère m'a "possédée". Je n'ai vécu qu'à travers les autres, à travers le regard des autres, la vie des autres. Je n'ai pas vécu ma vie et j'ai reproduit le même schéma que celui de ma mère avec mes proches.

Je voulais par cet acte vivre un choc libérateur.

Conception de l'acte : écrire, dans une lettre à mon père et une lettre à ma mère (morts tous les deux), tous les reproches non exprimés. Partir mendier dans les rues, deux à trois heures, mendiant un regard. Demander qu'on me reconnaisse comme mère parfaite (j'ai mis du temps à accepter de voir la réalité de ma fille, à reconnaître que j'avais reproduit, en pire, le schéma hérité de ma mère). Aller en mendiante dans la montagne, crier ma haine à l'intérieur d'un sac noir. Le brûler, en recueillir les cendres. Aller jeter tous mes vêtements de mendiante, avec les cendres, dans le courant d'une rivière. Brûler les deux lettres, recueillir une partie des cendres pour boire celles du père avec un verre de vin rouge, et celles de la mère avec du lait.

Déroulement de l'acte : j'écris d'abord à mon père, lettre violente, je l'insulte, en hurlant, en pleurant : ma conception non désirée, un "choc" reçu dans ma petite enfance (qui a tué tout en moi), ses crises de taliban catho dans ma jeunesse, notre dernière rencontre ratée avant sa mort, la mendiante d'aujourd'hui.

Ce fut fait d'un seul coup, direct, fort, plein de rage triste.

La lettre à ma mère fut plus difficile, j'ai découvert que la révolte envers elle était pénible, et j'ai ressenti comme cela devait être douloureux pour ma propre fille d'arriver à se rebeller contre moi. Cette reproduction du schéma maternel hérité que j'ai faite sur ma fille était toujours présente

lorsque j'écrivais cette lettre. Pour mon père, j'ai été enragée tout de suite. Mais la méchanceté de ma mère était à la fois tellement plus subtile et plus violente ! J'ai compris, en écrivant, mes peurs actuelles envers certaines femmes.

Tout y est passé, quand même, pas à pas, car je voulais y arriver. Mais comme femme envers la mère, je me protège encore, je devrais hurler (comme un cri primal), je le sens mais ce n'était pas mûr.

La mendiante : j'avais tout préparé avec soin pour pouvoir y arriver, sans me laisser piéger car j'avais très peur. Des signes m'ont aidée à tout moment.

On me prend aussitôt pour une vraie mendiante (puisque je l'étais), une femme m'interroge puis m'indique une adresse où je pourrais aller manger, on me donne de l'argent ; une autre femme me questionne à propos de mes enfants (puisque je portais au cou une pancarte disant que j'avais été une mère parfaite et que je le répétais) ; d'autres se moquent de moi à ce sujet : "Une mère parfaite ! Moi aussi !" Mais la plupart détournent le regard. Je réclame, consciente, le regard de mon père. Je mendie "la belle image de moi". "S'il vous plaît, s'il vous plaît…" Pour aller jusqu'au bout de cette folie.

Pour récupérer des forces, je marche, je quadrille un quartier en apostrophant les gens et quand je me sens plus centrée, je m'arrête en mendiant leur regard. J'évite les policiers et les autres mendiants, pour ne pas créer des incidents qui pourraient être des pièges.

Je veux le vivre à fond pour en être exorcisée.

Je suis restée en état de choc jusqu'au lendemain soir. Mais je sens que c'est un exorcisme, je sens que ma peur était liée à cette mendiante. Je me sens libérée d'une grande partie de ma peur/haine. Et ça travaille toujours, je sens que cela ne va plus s'arrêter maintenant.

La montagne : ce fut moins fort car, sous le choc de la mendicité, je faisais tout dans un état second et je crois qu'un jour, je devrais aller crier,

mais pas nécessairement la haine mais hurler la douleur et la vie.

La rivière : je suis heureuse que tout soit parti, je suis heureuse de revisualiser cette rivière forte qui a compris que je devais jeter ça là.

Les lettres à mes parents brûlées : je les ai brûlées dans des pots en terre qui sont devenus comme des urnes funéraires et, un soir, j'ai mis pour eux le *Requiem* de Mozart car cette phrase me revenait : "Qu'ils reposent en paix." Et j'ai bu une partie des cendres, celles du père avec du vin rouge et celles de la mère avec du lait.

Merci,

Alice

Lettre 60

Objectif de l'acte : j'ai toujours été très rigide, aussi bien dans ma façon de penser que dans celle de bouger. Cette rigidité est liée à un contrôle d'une partie de moi très puissante, dont j'ai rêvé et qui se manifeste aussi bien dans mon inconscient que dans ma réalité concrète (problème de santé, rapport avec les hommes ou les autres en général…). Cette partie de moi, qui correspond à une personnalité très destructrice, est apparue sous la forme d'un psychopathe. D'où une très forte haine, des hommes comme des femmes.

J'ai trois frères et je suis la plus jeune, j'ai toujours détesté être la dernière et, en plus, une femme. Ma haine s'est projetée sur mes frères et sur moi-même. En fait, j'ai une haine profonde pour tout être humain. Tout cela est lié au rapport, négatif également, que j'ai eu avec mon père (officier orgueilleux, autoritaire, méprisant et alcoolique), à ce qu'il voulait que je sois. Cette rigidité, ce contrôle, cette volonté de me plier aux désirs de mon père ont généré énormément de rage, rage de ne pas être parfaite, de devoir dissimuler ma personnalité psychopathe.

Conception de l'acte : d'abord, vivre cette rigidité à fond : passer deux jours le corps "attelé", une minerve autour du cou et des attelles aux bras et aux jambes, réduisant mes mouvements à pratiquement rien, un automate sous contrôle. Le soir du deuxième jour, mon frère aîné (sur qui je projette invariablement mon père) viendra me voir et, sans dire un mot, j'arracherai devant lui minerve et attelles, en hurlant ma rage, ma rage face à mon père.

Une fois débarrassée de tout ce qui m'attelait, j'enfilerai mes vêtements de psychopathe et je porterai un couteau (acheté préalablement), un beau couteau, collé sur ma poitrine, symbole de destruction. Je vivrai ce psychopathe pendant trois jours.

Au cours de ces trois jours, je devrais aller devant et éventuellement entrer dans un asile psychiatrique, maison du psychopathe.

Après ces trois jours, j'enlèverai les vêtements du psychopathe, mon couteau, et je masserai ce dernier avec du miel, pendant deux heures, en chantant.

Ensuite, je brûlerai les vêtements, les attelles et la minerve, j'en garderai quelques cendres et je cuisinerai un gâteau, en y mettant les cendres conservées. Je le mangerai avec des amis chers, je le couperai avec le couteau et, pour finir, j'offrirai ce couteau à mon frère aîné.

Déroulement de l'acte : j'ai construit mes attelles et un ami très proche m'a aidée à les attacher. Je suis restée seule, raide comme un piquet, incapable de bouger. J'ai essayé de m'allonger, mais impossible de plier les jambes ou les bras. Chaque mouvement m'était pénible, lent, j'étais un automate. Je ne pouvais marcher que comme un soldat au garde-à-vous (c'est mon père qui serait content !).

Impossible aussi de manger : juste le choix entre boire avec une paille ou la tête dans l'assiette, le tout debout.

Je me suis isolée, je n'ai vu personne : je ne pouvais rien faire normalement. Pendant ces deux jours, je me suis sentie tout à fait asociale, j'étais diminuée physiquement. J'étais une coquille vide, sans intérêt, inexistante.

Le soir du deuxième jour, mon frère aîné est venu. J'ai arraché mes attelles, ma minerve, j'ai hurlé toute ma rage, ma colère, mon humiliation de m'être sentie moins qu'une bête. J'ai hurlé, pleuré, je me suis défoulée, jusqu'à n'en plus pouvoir.

Mon frère est parti. Peu à peu, j'ai laissé ma personnalité psychopathe prendre place en moi. Je me suis préparée : j'ai collé le couteau sur ma poitrine, j'ai enfilé les vêtements préparés (pantalon noir, pull rouge, cape, bonnet et gants noirs). Je ne me sentais plus un automate impuissant, j'étais

un psychopathe, rien ne m'affectait, rien ne me touchait, j'étais asociale mais ça m'était complètement égal, je n'en souffrais plus.

Tout au long de ces trois jours, j'ai vécu avec un psychopathe dans la tête. Je sentais une haine profonde envers tout être que je croisais, il n'avait pour moi qu'une valeur zéro, une fourmi qu'on écrase. La sensation d'avoir le droit de vie ou de mort sur les autres me faisait me sentir forte, je n'avais plus peur de rien ni de personne. En marchant, et j'ai beaucoup marché, je passais mes journées dehors, dans des zones assez isolées, cette force me remplissait.

Le couteau a commencé à faire partie de moi, comme un organe supplémentaire, je ne le sentais plus, il était en moi. J'étais un destructeur, je pouvais détruire ce qui avait été créé. Je ressentais une puissance terrible : "Je détruis ce que la Vie a créé, je suis au-dessus de la Vie !! Et j'ai ce pouvoir ultime de me détruire moi-même, moi, Sa création ! Je suis au-dessus de tous."

Le troisième jour, je suis allée dans un hôpital psychiatrique, j'ai pu y entrer suite à un petit mensonge et je me suis installée à la cafétéria. J'étais chez moi, dans la maison du psychopathe, entourée de fous. Ces fous n'ayant d'ailleurs pour moi pas plus de valeur que les gens normaux. Mais ça commençait à me peser, ce vide, cette absence d'humanité en moi. Cet hôpital m'a quand même impressionnée, les cris des fous, les yeux exorbités, leurs attitudes et mouvements…

J'en suis partie très vite, j'étais complètement vide, j'ai pris un train pour m'éloigner de là.

Puis, je suis rentrée chez moi, mon psychopathe était de plus en plus lourd. Finalement, ce soir-là, j'ai quitté mes vêtements de psychopathe et j'ai massé pendant deux heures le couteau, avec du miel. J'ai laissé ma voix venir, je n'ai pas chanté de façon articulée, c'étaient des mélodies qui apparaissaient, le tout était assez magique car je ne reconnaissais pas ma voix, ces sons venaient de moi tout en m'étant inconnus. J'ai beaucoup

aimé ce moment, ces mélodies m'ont fait vibrer. J'aurais pu continuer des heures. Je me suis sentie à nouveau humaine. J'ai brûlé mes vêtements, mes attelles… et j'ai gardé quelques cendres. Le week-end suivant, j'ai fait un gâteau que j'ai mangé avec des amis très chers et mon frère aîné, puis je lui ai offert le couteau, qu'il a beaucoup aimé.

Alison

Lettre 61

Je m'appelle Amalia, j'ai trente-cinq ans, je vis avec mon compagnon et nos deux filles, ce qui m'oblige à être une femme avec lui et une mère pour elles. J'ai beaucoup de mal à tout concilier.

Objectif de l'acte : mon acte psychomagique avait pour objectif de me libérer de mon besoin d'affection maternelle né du fait de ne pas avoir été aimée par ma mère, et du sentiment d'être une "nullité", nulle comme fille, nulle comme femme. Je me comporte comme une mendiante qui vampirise les personnes de son entourage, en leur demandant sans cesse de l'amour, de l'attention, etc., ce que je compense par un grand orgueil spirituel et une confiance en moi démesurée. En bref, je m'isole du reste du monde en pensant que personne ne me comprend et que j'ai toujours raison. Je continue à être une petite fille, et mon besoin est si fort que personne ne peut le combler, ce qui provoque en moi une grande frustration. J'y réponds avec beaucoup d'agressivité et de mauvaise foi, et je fais en sorte qu'on me fuie. Je vis enfermée dans ma tête, réprimant mes émotions et celles des autres.

Conception de l'acte : l'acte psychomagique consistait à me déguiser en sainte, représentation de mon orgueil spirituel. Sur ma tête, je porterais un casque bien serré pour symboliser mon esprit perturbé. Sur ce casque, j'attacherais :

1. une tétine, symbole de ma demande d'affection maternelle, de mon besoin de mendier de l'amour et de mon état de petite fille ;

2. une bande, sur laquelle j'écrirais : "Je suis la meilleure, mais personne ne le sait." Ce serait mon "génie méconnu", mon excès d'amour-propre ;

3. un couteau en plastique, pour symboliser ma colère et mon agressivité à l'égard de la vie.

Dans ma bouche, je mettrais des dents de vampire : mon côté vampire et mendiant. Je porterais sur moi des photos de mes parents pour sentir que ma relation avec eux est au fondement de cette construction névrotique.

Ainsi vêtue, j'irais dans la rue, je monterais sur un piédestal pendant une heure et je demanderais à tous les passants : "Tu m'aimes, hein, pas vrai que tu m'aimes ?"

Puis je me changerais, je brûlerais les photos de mes parents et je mettrais les cendres de mon père dans ma chaussure droite et celles de ma mère dans la gauche. J'embrasserais ensuite chaque chaussure.

Je réunirais par la suite les objets utilisés aux fins de l'acte et je jetterais le tout dans un cours d'eau sans regarder le point d'impact.

J'irais me promener pendant une heure. Tout le long, je caresserais un cœur en caoutchouc placé dans ma poche. Puis je me dirigerais vers un lieu fréquenté et j'attendrais, sans cesser de caresser le cœur, que quelqu'un m'adresse la parole, et, sans me plaindre, j'écouterais cette personne et je lui poserais des questions sur elle, sans jamais parler de moi et gardant toujours le contact avec le cœur.

Déroulement de l'acte : une fois que tout a été prêt, je me suis habillée en sainte, j'ai enfilé le casque avec tout ce qui y était attaché et, sur ma poitrine, j'ai fixé les photos de mes parents. J'ai pris la voiture et je suis allée à l'endroit du piédestal, en plein centre de Madrid. Il faisait un froid de loup. Vêtue de mon costume de sainte, je suis montée sur le piédestal, à côté d'un passage piéton, entouré de trois voies pour voitures. J'étais immergée dans l'émotion de l'acte et je sentais clairement tous les aspects qui m'empêchaient d'être une mère, une compagne, une amie, un être humain.

Je ressentais intensément ma folie. De mes yeux ont jailli des larmes, nées d'une grande douleur venant du plus profond de moi.

J’ai demandé à toutes les personnes qui passaient si elles m’aimaient, et peu ont répondu. Certains avaient peur, ce que je comprends, car ce jour-là, même mon apparence physique était changée. Alors que je suis mate de peau, j’étais à ce moment-là aussi pâle qu’un vampire. D’autres riaient, et d’autres encore me regardaient en me prenant pour une folle ou plutôt pour un fou, car j’avais l’air d’un homme.

Devant moi, un peu en surplomb, se trouvait la sculpture d’un grand aigle aux ailes ouvertes. Je suis restée là une heure. À la dernière minute, un homme très sympathique s’est approché, je lui ai demandé s’il m’aimait et il m’a dit que oui, bien sûr, qu’il était impensable de ne pas m’aimer. Il m’a serré la main et il est reparti en souriant. À la fin de l’heure, il s’est mis à pleuvoir. Je suis descendue du piédestal et je suis rentrée chez moi, où tout était prêt pour l’étape suivante. Je me suis changée et après avoir brûlé les photos de mes parents, j’ai mis les cendres dans les chaussures correspondantes. Je les ai embrassées puis j’ai rassemblé tout ce dont j’avais eu besoin pour l’acte. Je suis allée sur la rive du fleuve et j’ai lancé le paquet sans un regard en arrière. J’ai commencé à m’inquiéter du fait que j’aurais dû tout jeter en me tenant dos au fleuve pour ne pas être tentée de regarder.

Puis je me suis mise à caresser le cœur, à le réchauffer en pensant à mon propre cœur froid. Je me suis promenée une heure durant. J’avais prévu de m’asseoir dans un parc, mais je n’ai pas pu, car il s’est remis à pleuvoir. Je suis allée dans le *Café de Oriente*. J’ai attendu trois heures et demie, sans jamais cesser de caresser le cœur, et j’ai eu des moments d’angoisse en pensant que l’acte allait peut-être dérailler là. En pensant aussi au fait que tout s’était bien passé jusque-là mais que l’acte pouvait échouer au dernier moment. Un serveur très sympathique a fini par engager la conversation. Je lui ai posé des questions sur lui, sans parler de moi. Il m’a parlé de ses espoirs, de ses peurs, de sa vie. Je l’ai écouté avec attention. Il m’a remerciée d’avoir discuté avec lui. J’ai vu un livre en face de moi, dont le

titre était *En lui est la vie*, et j'ai senti qu'une grande chaleur entrait en moi. Lorsque l'acte s'est achevé, il ne pleuvait plus.

Merci pour tout,

Amalia

Lettre 62

Objectif de l'acte : me libérer de mes parents. Ma mère a toujours été servante depuis l'âge de dix ans. Elle haïssait ses supérieurs et tout ce qui la dépassait. Elle a refusé la femme et le féminin en elle. Elle adorait son père, paralysé dès ses vingt-sept ans, bien qu'elle n'ait pas été sa préférée. Moi, aujourd'hui, je développe une maladie qui m'empêche de bien utiliser mes mains et qui me fait fréquemment très mal. Ma mère détestait les hommes. J'ai cinquante-neuf ans et toute ma vie je me suis raconté que j'étais son préféré alors que j'ai toujours été un perdant, un nul. Je ne suis jamais arrivé à me faire aimer d'elle. J'ai toujours voulu en mourir. Mon père, un homme faible, est mort d'une embolie alors que j'avais cinq ans. Je n'ai aucun souvenir affectif de lui. Il fumait. Après sa mort, tout enfant, j'ai fumé ses mégots. C'est de lui que je tiens ce vice (dont je viens de me défaire), cette volonté suicidaire.

Conception de l'acte : je veux rendre à mes parents ce qu'ils m'ont donné ! Je vais aller sur la tombe de ma mère au Roux. Elle voulait une petite fille. Aussi, j'irai vêtu comme une petite fille. Aux mains, je m'attacherai des pattes de mouton, des pattes mortes à l'image des mains de mon grand-père paralytique – qui, lui, était adoré de toutes ses filles, il en avait cinq dont ma mère –, car pour être moi aussi adoré, mes mains (et mes pieds) sont en train de se détruire. Puis, je me libérerai (crier, cracher, uriner…) ; je nettoierai, ferai un trou, j'y mettrai tout, je reboucherai et planterai un rosier.

J'irai ensuite sur la tombe de mon père. J'aurai posé sur mon visage un masque de servilité – à son image – à partir d'une photo prise de mon visage "servile", j'aurai une cigarette dans la main – et là aussi je me libérerai (crier, cracher, uriner…) –, puis je nettoierai, ferai un trou, j'y

mettrai les déjections, le masque, un paquet de cigarettes. Je reboucherai et planterai un rosier.

Déroulement de l'acte : j'arrive le lundi matin par avion. Je loue une voiture et file vers le village. Les premières images de campagnes m'émeuvent beaucoup mais très vite domine l'impression de vieux. J'arrive par là où j'ai vécu tout petit – endroit que ma mère considérait comme idyllique parce qu'ils avaient une petite maison à eux. Mais je me rends compte que c'était très loin de l'école, pour mon frère et ma sœur, et que sans doute c'était un choix très égoïste. Je traverse Le Roux, la place du village est la même, la maison de ma grand-mère aussi et le cimetière aussi – tout est décrépi –, il y a quelques maisons neuves juste avant le cimetière. À côté de celui-ci, on a ajouté une annexe, un bout de prairie.

Je retrouve la tombe de mon grand-père paternel puis, en bas, celles de mes grands-parents maternels et à côté une tombe avec ma mère et mon père ensemble ! Or, mon père était près du sien, je suppose qu'on a dû le déménager. C'est une dalle avec à l'avant une stèle dressée. Il y a plusieurs bouquets de fleurs en plastique. De la tombe on voit très bien la fenêtre du premier étage de la maison la plus proche. Il n'y a pas d'outils disponibles. Le cimetière semble ouvert en permanence. J'ai la liste des courses à faire. Je trouve tout sans problème. Je prends une chambre à l'hôtel des *Flandres* en face de la gare de Namur, près d'où j'ai habité enfant. Je dors mal, il fait trop chaud.

Le lendemain, je file droit sur l'objectif. Il me semble que personne n'occupe les maisons voisines du cimetière. J'ai conscience de l'importance du moment, je décharge religieusement mon matériel et porte l'ensemble près de la tombe. Le ciel est couvert mais clair. Il fait froid et le vent est fort. D'abord, je creuse de chaque côté de la tête de la tombe, côté droit pour ma mère, c'est choisi sans réfléchir, ça me paraît normal. La terre est grasse, je creuse sans trop de problèmes. Ensuite, dégager la surface des fleurs, plaques ou pièces de porcelaine avec des "Maman, je t'aime". Je

dépose tout sur la tombe voisine. Je pose un journal sur la tombe (je serai en chaussettes), la bouteille d'eau et la brosse pour nettoyer. Je me change. J'ai des chaussettes rouges, un tee-shirt rouge également (je suis une fille qui aime les couleurs), et j'enfile la robe verte sans manches qui se boutonne à l'avant. J'attache aux pieds et aux mains les pattes de mouton. Je suis prêt. J'entends "marteler" dans le voisinage. Je pense à Boris Vian et son "J'irai cracher sur vos tombes". Si ça c'est fort, ce que je m'apprête à faire est sans nom ! Je m'accroupis contre la colonne et je crache, je ch… et posément je nettoie. Le trou est trop petit pour recevoir robe, quatre pattes de mouton, tee-shirt… Je dois agrandir. Je pose enfin la première plante et rebouche.

C'est au tour de mon père, je glisse le masque préparé à Madrid. Je tiens les cigarettes dans la main, je crache… renettoyage et je pose la seconde plante, remets bien la terre et les graviers au-dessus, je réinstalle tous les plastiques et objets qui s'y trouvaient. La tombe a belle allure. Face à celle-ci, debout, bien droit, je me sens fort et libre et je peux faire ma déclaration officielle : je leur rends à chacun leur absence physique (surtout pour mon père qui a préféré mourir, et pour ma mère, je pense à ce qu'elle disait : "Ah, quel enfant tranquille qui joue des heures tout seul sans problème, on l'a même retrouvé qui mangeait des vers de terre", et de rire, son manque d'amour et ma culpabilité de n'avoir pas pu me faire aimer, ce qui a fait de moi un nul, un inutile, un suicidaire ; de la petite fille qu'elle voulait et que j'ai essayé d'être, etc.).

Je suis léger. Je remercie mes guides pour la magie de cet acte (je n'ai pas été dérangé, je les en remercie également). J'ai conscience que c'est une première étape importante. Je rentre, heureux.

Gracias,

André

Lettre 63

Objectif de l'acte : travailler sur mon besoin obsessionnel d'affection maternelle.

Conception de l'acte : me déguiser en tout ce que ma mère a projeté sur moi, tous ces rôles que j'ai endossés pour la satisfaire : clown, petite fille, bourgeoise, arnaqueuse. Passer une journée dans ce déguisement pour pouvoir ainsi voir et sentir l'"amour véritable" que m'a donné ma mère et tout ce que je suis devenue uniquement pour lui plaire. Une fois cet acte terminé, faire un gros colis contenant le déguisement et l'envoyer à ma mère.

Déroulement de l'acte : chaque élément que j'ai utilisé pour me déguiser avait un sens propre. J'ai été surprise par l'émotion que j'ai ressentie rien qu'en préparant mon acte. D'abord, je me suis mise nue devant le miroir et j'ai vu une belle femme qui, petit à petit, se transformait en femme grotesque, une marionnette pétrie de peur, quelque chose qui n'appartient pas à la réalité. La perruque de clown que j'ai utilisée m'étouffait, j'avais l'impression qu'elle m'empêchait de penser. J'ai orné la perruque de petits rubans ridicules, de ceux que nos mères nous achètent un jour ou l'autre pour nous rappeler qu'elles nous aiment et nous, en retour, nous arborons fièrement ces breloques et fondons comme du chocolat laissé en plein soleil, avec le sentiment au plus profond de notre être d'enfant mal-aimé d'être une personne chérie en dépit de l'humiliation. J'ai mis dans la perruque des bigoudis ou des rouleaux, qui symbolisent les films interminables que se font les combattantes du chiffon, ces bonnes petites ménagères qui consacrent tout leur temps et toute leur énergie à astiquer, à récurer, à polir. Et qui te dévorent lorsque la moindre miette de pain tombe sur leur tapis immaculé (je me souviens de ma mère à genoux, nettoyant les

franges du tapis avec passion). Je souffrais si je tachais, si je me tachais, et j'avais toujours, pour mon plus grand malheur, une tache sur mes vêtements. Mon visage était tout un poème : je l'ai maquillé à moitié en clown idiot, et à moitié en petite fille apeurée par une réprimande. J'ai enfilé une veste noire en dentelle que ma mère adorait (peut-être parce qu'elle est rigide, près du corps et coûteuse).

Sur mon pantalon, j'ai dessiné des grains de beauté blancs, qui sont des marques d'élégance pour ma génitrice. Je boitais d'un côté, avec une chaussure de paysanne remplie de pièces pour rappeler mon côté malhonnête ; de l'autre, puisque pourquoi pas, une chaussure noire flambant neuve, de soirée, pour me sauver la face. J'ai eu l'idée de commencer mon acte à 9 heures du matin et de le terminer à la même heure le soir. L'idée m'a paru encore meilleure lorsque j'ai su ce que voulait dire ce chiffre dans le tarot. J'ai demandé à une amie qu'elle interrompe mon acte à 9 heures du soir et qu'elle me prête une tunique dorée qu'elle possède, digne d'une chamane. J'ai mis de la musique de tambour et la femme sauvage qui m'habite m'a ensorcelée. J'ai dansé et j'ai senti que mon amour pour la vie s'intensifiait. C'est à ce moment que j'ai su qu'une partie du lien malade qui me liait à ma mère se brisait.

Barbara

Lettre 64

Objectif de l'acte : mon père en moi. Il était officier de l'armée de l'air et voulait que je suive ses traces. Même si concrètement, je ne l'ai pas fait, psychiquement, j'étais prêt à tout faire pour qu'il me reconnaisse et m'aime et finalement, je suis devenu comme lui.

Conception de l'acte : je me ferais faire un uniforme sur mesure et je le porterais ; en dessous, je me noircirais de la tête aux pieds et je me collerais sur le corps les saloperies de mon père (des couches-culottes avec des photos de *Playboy*, des tétines, une pipe, des étiquettes de bouteilles de vin, un mouchoir imbibé de whisky), ainsi qu'une pierre.

Je resterais en silence, dessinerais le portrait de mon père et lui ferais un autel où je l'adorerais et le prierais ("Ô, mon père, aide-moi, pauvre pécheur, aide-moi à te ressembler…"). Je masserais la pierre, puis je l'utiliserais pour me nettoyer du noir et pour broyer tous les objets que je porterais sur le corps. Je prendrais une partie de cette poudre et la boirais dans du vin. J'utiliserais le reste pour fabriquer une bougie que j'irais offrir au Père, à Dieu, lors d'une messe chantée. Je participerais au chant de la messe, donnerais l'uniforme à un théâtre ou à une école d'art dramatique pour qu'il soit utile, chercherais un chantier et placerais la pierre dans les fondations. J'achèterais un cœur d'agneau et je me le placerais sur le cœur pendant que je broierais mes objets et que je préparerais les bougies. Puis je le cuisinerais et le mangerais.

La préparation : je pars à la recherche d'un tailleur militaire. De magasin en atelier, on me renvoie chaque fois à un autre endroit, jusqu'à ce que je me retrouve dans une rue où je ne trouve plus rien. Une vieille femme passe à côté de moi à petits pas. Brusquement, son porte-monnaie tombe à terre. J'ai un élan pour faire demi-tour et le ramasser, mais je

m'arrête : elle est déjà en train de se baisser, je pense que ça ne vaut pas la peine et je continue ma route… mettant immédiatement le pied dans une merde de chien. Le nez dans mon caca ! Je venais de voir comment je bâillonnais mes élans positifs, je me réduisais ! Ça m'a frappé parce que je me suis rendu compte que c'était devenu un comportement quotidien, un automatisme : je vois quelque chose à faire et je ne le fais pas ! "À quoi bon ? De toute façon, ça ne sert à rien !" Et puis, ça me permettait de rester dans mon schéma négatif. Je me suis revu enfant, très motivé, attentif aux autres, là je n'aurais pas eu une seconde d'hésitation. Je sais que derrière tout ça, à l'époque, il y avait une énorme demande : je voulais qu'on me reconnaisse, qu'on m'aime, qu'on me renvoie une image positive de moi-même. J'ai revu aussi tous ces moments où j'ai râlé contre les autres parce qu'ils ne faisaient pas attention, qu'ils n'avaient pas eu de gestes. Et le moment mesquin du "puisqu'ils ne le font pas, moi non plus !".

Bref, j'étais face à toute ma petitesse, à ma haine. Ce qui m'est apparu clairement, c'était que j'étais en train de négliger, de mépriser mon aspect positif, que le premier que j'en privais, avant même les autres, c'était moi. Croire que les autres ne font rien est aberrant : en fait, ils voient et font attention à des choses que moi je ne vois pas ! C'est en agissant tous chacun de son côté que l'harmonie se crée.

Comme je ne trouvais rien, je me suis dit que je ne cherchais pas du bon côté : avant l'uniforme, il me fallait d'abord trouver le noir !

Je suis allé acheter la couleur. Puis, je suis allé chez un tailleur que j'avais négligé le matin, *El Corte militar*, place Saint-Nicolas (le jour de ma naissance). Je pensais pouvoir acheter un uniforme "prêt-à-porter", mais il n'y en a pas. D'autre part, pour pouvoir acheter un uniforme, il faut être militaire. Je vois sur un mannequin un superbe uniforme bleu foncé, c'est l'uniforme de grand gala d'un lieutenant-colonel du corps juridique. C'est lui ! Le jour suivant, je retourne dès le matin chez le tailleur. Il me prend les mesures et petit à petit se dessine l'idée d'un uniforme militaire, mais sans

les attributs spécifiques de l'armée espagnole. Il me propose des boutons dorés lisses, puis, pour le col et la casquette, me demande si je ne veux pas dessiner moi-même les armes. Au début, je refuse, invoquant mon incapacité à dessiner, mais comme ce qu'il me propose (les palmes de la fanfare ou la croix de Malte du corps sanitaire) ne me convainc pas, je me décide.

En sortant, l'excitation s'installe. Mais, bien sûr, je vais être officier de mon propre corps militaire. Ce qui s'impose d'abord, ce sont les initiales de la famille, "R. L.". Dans la famille de mon père, de génération en génération, le premier enfant du nom porte un prénom commençant par "R" (René, Raoul, Renaud, Romain). Ma mère n'avait pas voulu. Puis, petit à petit, tout se met en place. Mes armes : des ailes (mon père voulait que je sois pilote de chasse), une branche morte (dans notre dernière conversation, il m'avait congédié d'un "va-t'en, tu n'existes plus pour moi, j'ai coupé ta branche de l'arbre généalogique"), un tournevis (dans un de mes rêves, il représentait mon orgueil et mon obsession pour le pouvoir qui "tourne au vice"), un losange bleu pour représenter ma pierre, ma froideur, le tout surmonté d'un nuage de pluie pour marquer mon mental gris, destructeur, pleureur. Mon grade : lieutenant-colonel (mon père voulait que je réussisse là où il avait échoué, devenir un officier supérieur), mes galons symbolisés par deux cristaux de glace, pour marquer ma froideur. Sur les manches, deux boucles qui marquent le cercle sans fin de la famille.

Dès le lendemain, les derniers détails sont réglés. Brusquement, le tailleur me dit de regarder par la fenêtre : un mariage se célèbre dans l'église en face et plusieurs officiers en grand uniforme sont là. Il me montre ceux qui portent le même uniforme de grand gala que celui que je viens de commander. Je le trouve beau ! Petit à petit, je sens en moi l'excitation de porter cet uniforme, pas du tout de répulsion ou de dégoût, au contraire, du plaisir, de la jubilation. Je sens toute ma partie Lenglez frustrée se réjouir à l'idée de porter l'uniforme. Ça me fait un peu peur. Je

me rappelle ce que mon analyste m'avait dit : "Toi, jamais tu ne porteras l'uniforme, sinon tu es perdu ! L'attraction est trop forte." C'est pour cela que j'avais choisi l'objection de conscience au moment du service militaire. Je sens maintenant presque physiquement cette attraction. Je sens que je devrais y plonger jusqu'au fond. Quand j'appelle la semaine suivante pour avoir des nouvelles, j'apprends que le tailleur est tombé malade le jour où je suis passé. Il reste absent deux semaines et je commence à m'inquiéter. Pas de nouvelles de l'uniforme pendant deux semaines. Un mardi, je téléphone et on m'annonce qu'il est prêt.

Ça y est, tout peut commencer. Je vais vite acheter tout ce qu'il reste et je commence l'acte.

Déroulement de l'acte : je me couvre de noir de la tête aux pieds, tout ce que je peux atteindre y passe. Je me mets une couche-culotte, j'y glisse des photos de *Playboy*, je mets ma pierre sur le côté droit, juste en dessous des côtes, et je la maintiens avec une gaine noire, j'enfile une chemisette sur laquelle sont épinglées des étiquettes de vin et une tétine. Puis, je mets l'uniforme. Je dessine le portrait de mon père ; c'est impressionnant, je croyais que comme je ne sais pas dessiner, je ne serais pas capable de le représenter, mais non, il est là, il est venu sous mes doigts. Je monte un petit autel : son effigie, deux bougies, en guise d'encens, son tabac, j'en bourre une pipe et je l'allume, en guise de parfum, son whisky, j'en arrose un mouchoir que je respire profondément. J'ai mis un miroir à côté de l'autel pour me voir. Je le prie silencieusement.

Dans le matériel que j'ai acheté, il y avait une revue *Interviu*, avec laquelle on proposait une vidéo érotique, *Fantaisies adolescentes*. J'y ai vu une synchronicité et je l'ai prise. Toute une partie de mon mental est restée engluée justement dans ces "fantaisies adolescentes", et régulièrement je retombe dans la tentation de feuilleter une revue ou de zapper la télévision pour y trouver des images érotiques. Je regarde le film sans le son, c'est une

suite de rencontres, d'accouplements qui se répètent. Je me force à le regarder jusqu'au bout. Je me sens vide.

Régulièrement, je retourne à l'autel chercher la bénédiction paternelle. Je me force aussi à regarder page par page tout le *Playboy*. Je me suis également procuré des magazines militaires que je feuillette, m'arrêtant sur les avions, les uniformes. Puis, j'assemble une maquette d'avion : un YF-16, le dernier avion sur lequel mon père a volé.

Je me sens hors du temps. Finalement, je me déshabille et vais me nettoyer. Le maquillage noir part difficilement, j'utilise la pierre pour me curer. C'est un bain très chaud, le noir n'arrête pas de "sortir", l'eau est toute noire, je me lave dans du noir, je me frotte dans du noir. C'est très dur. Ce sera toujours le moment le plus dur, celui où je vois le mieux dans quoi je me suis plongé. Je sors de là épuisé, KO, complètement vide. Après, je masse la pierre.

La même scène va se répéter jour après jour pendant toute la semaine. Le premier jour, il y avait l'excitation de commencer l'acte ; j'avais en quelque sorte fantasmé sur cet acte. Mais dès le deuxième jour, j'ai senti le poids, le vide, la petitesse, l'ennui. Le désespoir et le dégoût de moi-même aussi, parce que je me rendais compte que ces images pornographiques avaient encore de l'effet, parce que je sentais aussi mon narcissisme, mon attirance pour l'uniforme, pour toute cette fausse masculinité. J'ai retrouvé l'enfant et l'adolescent qui jouait seul dans sa chambre face au miroir, s'inventant des exploits héroïques, se pavanant, s'admirant, se défiant dans la glace. Finalement, il ne se passait rien dans cet espace, je tournais en rond, répétais les mêmes gestes, succombais aux mêmes chimères, pour échapper à l'ennui, au vide, je me déconnectais ; cela me rappelait l'image de ce rat de laboratoire qui mécaniquement poussait sur un bouton pour activer le centre de plaisir de son cerveau. M'enduire de noir provoque au fil des jours de plus en plus d'émotions : désespoir, nausée, rage, volonté d'aller jusqu'au bout. Et me "décaper" me laisse chaque fois plus en état de

choc. J'en ai marre de ce noir, il n'en finit pas de sortir, il y en a partout, j'ai beau frotter, il s'accroche à ma peau. Mes pores se noircissent, mes ongles se noircissent.

Mon angoisse n'était pas de commencer l'acte, mais d'arriver à bien le terminer.

J'avais commandé un cœur d'agneau pour le samedi, j'avais une liste d'écoles de théâtre, il me manquait encore une église où j'étais sûr que se célèbre une messe chantée. Le vendredi matin, quand je téléphone à l'école de théâtre, on me dit de passer directement voir la costumière qui travaille de 9 h 30 à 14 h 30. C'est le choc, je pensais encore passer un soir avec mon uniforme, mais si je veux terminer ce week-end, c'est maintenant ou jamais. Ça me prend par surprise, je me rends compte qu'en fait, j'étais prêt à continuer ainsi très longtemps, me défaire de mon uniforme me coûte. Je pars immédiatement. C'est à l'École royale supérieure d'arts dramatiques (Resad) que je fais don de l'uniforme ; j'ai beaucoup aimé le nom et l'adresse, rue Nazareth. Quand la costumière voit l'uniforme, ses yeux brillent ; je sens un pincement au cœur, si elle le prend, c'est fini pour toujours, je ne pourrai plus le porter. J'entends deux voix en moi, l'une qui voudrait le garder et pouvoir continuer à le mettre et l'autre qui en a marre de tout cela, qui veut en être libéré. En sortant, je vais acheter un livre pour fabriquer des bougies et on m'indique, dans une librairie religieuse, une église où il y a des messes chantées.

Le lendemain, je vais chercher le cœur d'agneau. C'est une boucherie musulmane. Au moment de payer, le boucher me fait signe que non, qu'il me l'offre. Ça me fait un choc. Je reviens à la maison. Je mets le cœur sur mon cœur. J'utilise ma pierre pour tout broyer. C'est difficile. Je me rends compte qu'il y a énormément de matière : je triture d'abord le portrait de mon père, les photos que je mettais dans ma couche-culotte, les étiquettes, la tétine, l'avion en plastique, la pipe. Puis, je déchire les revues en mille morceaux, je casse la pipe, j'ajoute le tabac.

En voyant le volume, je décide de tout brûler : j'arrose le tas avec le reste de whisky et j'y mets le feu. Cela met du temps à brûler, surtout la couche-culotte, mais finalement tout est en cendres. Je me remets à broyer les cendres avec la pierre, pour obtenir une poussière très fine. Je fais fondre la cire et fabrique la bougie : j'ai tellement de cire que j'en fais deux ; avec les cendres, elles ont pris une couleur gris-noir. Puis, je prépare le cœur d'agneau à l'huile de sésame et au miel ; je le mange, accompagné d'un verre de vin où j'ai mis des cendres également.

Le lendemain, c'est l'excitation. Je me lève, je pars tôt, pensant d'abord trouver une maison en construction avant la messe. Je repère les lieux, puis je pars à la recherche d'un chantier. Comme je ne trouve rien, je vais à la basilique. On m'avait indiqué qu'à la basilique Santa Cruz de Valle de los Caídos, les moines chantaient la messe ; je n'avais jamais été là et je pensais naïvement que le monastère était séparé du monument franquiste. Plus je m'approche, plus je sens un malaise. J'essaie de me tranquilliser, mais ça s'accentue. Finalement, j'arrive en haut, je vois l'entrée de la basilique sous la croix gigantesque. Je n'aime pas l'idée de m'enfermer sous terre pour m'ouvrir au Père. Je m'enfonce dans les couloirs et, arrivé au centre, je découvre la tombe de Franco et de De Rivera. Le malaise s'accentue, c'est physique, je me sens de plus en plus mal, je sors en courant. Je ne sais pas quoi faire, je ne sais pas où aller. Au début, j'avais eu envie d'aller à la basilique du site royal de Saint-Laurent-de-l'Escurial, mais je n'avais pas eu d'indications sur les messes chantées. Je décide d'aller là-bas. Un garde me dit que, normalement, la messe de 13 heures est chantée ; un coup de téléphone me le confirme. Je repars à la recherche d'une maison en construction. Je sillonne tout le village, parfois je tombe sur un chantier, mais soit il est déjà trop avancé et les murs construits, soit il vient d'être commencé et il n'y a pas encore d'excavations. Tant pis, l'heure de la messe approche, j'irai déposer ma pierre après. D'abord, déposer les

bougies et les allumer. La basilique est pleine de visiteurs, j'ai le cœur qui bat.

C'est absurde, je ne suis pas en train de commettre un crime. Je trouve un présentoir rempli de petites bougies, le texte qu'il propose à la méditation me plaît : "Seigneur, tu es la lumière qui nous montre la vie éternelle." Je dépose mes deux bougies noires et les allume. Puis je vais m'installer juste sous la tribune où va chanter le chœur. La messe commence. À chaque fois que le chœur chante, je chante avec lui ; ma voix n'est pas forte, je ne connais pas toujours les paroles, alors je muse et je me sens vibrer avec les voix. À la fin de la messe, le soleil passe à travers la coupole centrale et je vais me baigner dans sa lumière. D'autant plus que la messe était consacrée au thème justement de la lumière.

Je sors et repars à la recherche d'un chantier. Cela va me prendre du temps, mais je veux un vrai chantier, de vraies fondations. Finalement, après avoir sillonné les environs de Madrid, je le trouve. Il est bien sûr entouré de grillages. J'en fais le tour et juste là où le béton n'a pas encore été coulé, où il n'y a encore que les excavations, je m'aperçois que la clôture est ouverte : je m'y glisse, saute dans le trou, enfonce ma pierre dans le sable.

En revenant, je me dis qu'il me reste encore un sac-poubelle de cendres ainsi que les chaussures noires que j'ai portées avec l'uniforme et que je ne veux plus utiliser. Je ne veux pas simplement les jeter, cela ne me semble pas correct. Je décide alors de les enterrer et de planter un arbre. Je pars dans la campagne creuser un trou, y répandre les cendres, y déposer les chaussures et y planter par-dessus un grenadier : que les restes de mon soldat d'élite alcoolique nourrissent un arbre fruitier !

Charlie

Lettre 65

Objectif de l'acte psychomagique : m'aider à intégrer la figure de mon père et les aspects positifs de l'âme qu'il représente et que j'ai rejetés pour satisfaire les désirs de ma mère. Ma famille vient d'un milieu extrêmement pauvre. Ma névrose a pour origine un énorme complexe social hérité de ma mère. Ce complexe a été le moteur de ma vie, le moteur d'une carrière contre la vie et contre les autres. Résultat : jusqu'à aujourd'hui, je n'ai vécu que pour avoir un bon statut social et j'ai vu autrui comme un rival et un ennemi.

Mon père, lui, très pauvre dans son enfance et son adolescence, savait voir la vie de façon beaucoup plus positive, avec un regard d'artiste.

L'acte devait m'aider à cesser de m'identifier avec le "monde de l'avoir", le monde de l'apparence, en faveur du monde de l'âme afin d'équilibrer ma vie. Il est important de souligner que j'ai accompli cet acte quelques jours avant de subir une opération de la hanche gauche destinée à corriger les effets d'une maladie génétique héritée de mon père.

Conception de l'acte : je devais prendre connaissance du lieu où est enterré mon père, mort il y a treize ans. Je devais me faire faire trois tatouages sur les bras, les mêmes que les siens, qui déplaisaient tant à ma mère : une femme nue, un cœur ensanglanté et une colombe en vol. Je devais aussi trouver de la musique espagnole, la musique que mon père chantait lorsqu'il était heureux et, surtout, lorsqu'il travaillait.

Mon père aimait beaucoup le vin, et j'avais donc pour instruction d'acheter une bonne bouteille. En plus du reste, je devais avoir avec moi un exemplaire d'un article paru dans un journal, au début de ma carrière, sur une conférence que j'avais donnée dans le cadre d'une réunion des

professionnels du secteur à Valladolid. Cet article représente le début de mon identification au monde matériel du pouvoir et de l'apparence.

Muni de tous les éléments susmentionnés, je devais aller sur la tombe de mon père puis, une fois là-bas, mettre la musique, ouvrir la bouteille de vin et servir deux verres, un pour lui et l'autre pour moi. Avec le vin de son verre, je devais nettoyer sa pierre tombale. Puis je devais brûler l'article de presse, mettre les cendres dans mon propre verre et en boire le contenu. Après avoir fait tout cela, je devais aller voir mon frère Carlos sur son lieu de travail pour lui offrir un bouquet de roses rouges et l'inviter dans un bon restaurant.

Déroulement de l'acte : la préparation. Pendant le trajet vers Madrid, en m'arrêtant à une station-service, j'ai trouvé la cassette que je cherchais, de la musique espagnole d'Antonio Molina, l'un des chanteurs préférés de mon père. Pour trouver l'emplacement exact de sa sépulture, je me suis adressé à ma mère. Ma question l'a étonnée, car elle savait que je n'avais jamais cherché à aller sur la tombe de mon père. À ma grande surprise, elle m'a répondu qu'elle ne s'y rendait presque jamais, qu'elle savait comment y aller mais qu'elle ne pouvait pas me donner les indications exactes. J'ai dû appeler mon frère, qui ne savait pas non plus, mais il m'a dit où la trouver. J'ai fini par avoir ma réponse : Cimetière sud, allée C7, tombe 34.

Le lendemain, je suis allé me faire tatouer. J'ai visité des dizaines de salons, mais aucun ne proposait des tatouages éphémères. Je suis entré dans un salon où, comme dans les autres, on a refusé d'accéder à ma demande. J'ai senti qu'il y avait là quelque chose de spécial et j'ai demandé à parler à l'artiste qui avait créé les modèles exposés. J'ai remarqué que mon insistance les mettait un peu mal à l'aise et ils m'ont donné les raisons de leur refus : ils avaient supposé que je travaillais comme mannequin et que je voulais me faire tatouer pour un *shooting* photo, or, à cette fin, les tatouages simplement dessinés sur ma peau ne conviendraient pas. Je leur ai expliqué que je souhaitais rendre hommage à mon père, qui portait ces trois

tatouages. Ils ont accepté immédiatement et, une heure plus tard, un vrai artiste me dessinait sur la peau une belle colombe, une femme pleine de vie et un cœur qui, bien qu'ensanglanté, respirait la joie de vivre.

L'acte psychomagique : le lendemain, je suis allé en métro à la place des Acacias. Une fois là-bas, j'avais deux options : aller au cimetière en bus ou marcher environ un kilomètre. Après avoir tiré à pile ou face, il s'est avéré que je devais y aller à pied et je me suis mis à marcher, très concentré. Sur la route, ma hanche malade a commencé à me faire mal. Quand j'ai vu de loin le cimetière, j'ai senti croître en moi une émotion très forte. Je suis arrivé à l'entrée et j'ai tout de suite reconnu les lieux. Une vague de peine m'a envahi lorsque je me suis rappelé mon orgueil le jour de l'enterrement, il y a treize ans, et la solitude dans laquelle il avait dû mourir lorsqu'il m'avait appelé et que moi, à quelques kilomètres de là, je n'avais pas voulu me rendre à l'hôpital.

Je suis entré dans le cimetière, qui était immense. Il faisait très froid et il était désert, j'étais entièrement seul. Je me suis mis en quête de la sépulture, allée C7, tombe 34. Au fur et à mesure que je m'approchais, je ne pouvais plus contenir mes larmes, qui ont débordé lorsque j'ai vu la stèle de la niche où était gravé "Dionisio A.". C'était un bel emplacement, bien soigné, mais la pierre était sale et presque abandonnée. J'ai senti au plus profond de moi l'abandon auquel j'avais soumis mon père. J'étais très ému, je sanglotais de manière incontrôlée, sans vouloir m'arrêter. J'ai mis la musique d'Antonio Molina, très bas au début, puis de plus en plus fort. La musique retentissait dans toute sa force et toute sa beauté. J'ai ouvert la bouteille en pensant que mon père serait heureux de pouvoir partager un bon vin avec moi, j'ai servi les deux verres et, avec le contenu du sien, je me suis mis à laver la pierre. Une forte odeur de vin imprégnait l'air et je me suis souvenu qu'enfant, je détestais cette odeur. À ce moment-là, elle m'était très agréable.

Je sanglotais de plus en plus. Je versais les larmes que je n'avais pas versées alors, les larmes que j'avais gardées et que, par orgueil et par haine

envers mon père, je n'avais pas voulu verser. En pleurant, je n'ai pas ressenti de soulagement, au contraire, j'étais triste de m'être éloigné de mon père et de ce qu'il signifiait pour moi. Le cimetière était toujours désert, j'étais seul. J'ai brûlé l'article et bu les cendres. J'ai continué à laver la pierre, en musique et en pleurs. Je n'avais plus la notion du temps. J'ai décidé de repartir, mais ce n'était pas simple, je me sentais bien là-bas. Je me suis préparé à quitter les lieux, j'ai éteint la musique et rangé la radiocassette dans mon sac et je me suis éloigné. Soudain, la musique s'est remise à jouer sans que j'aie touché l'appareil. Je me suis mis à rire et j'ai laissé la musique retentir de nouveau à côté de la tombe de mon père. Je suis ensuite allé chercher mon frère, sur son lieu de travail, un bouquet de roses à la main. Lorsque je le lui ai donné, il a été un peu gêné. Il m'a demandé pourquoi je lui offrais ces fleurs. Je lui ai répondu que je lui avais fait très peu de cadeaux dans ma vie et que, en passant devant un fleuriste, j'avais trouvé ces roses très belles et que j'avais eu envie de les lui offrir. J'ai senti à ce moment-là que Carlos était content. Nous sommes allés au restaurant. Tout se passait très bien, nous étions heureux et détendus. Au milieu du repas, le directeur de l'entreprise où il travaillait est entré dans le restaurant. Mon frère s'est tendu et m'a demandé de manger le plus vite possible, parce que ses chefs ne supportaient pas de voir un subordonné manger au même endroit qu'eux. Le soir, ma mère m'a appelé pour me dire qu'elle avait parlé avec Carlos et qu'il était ravi que je lui aie offert un bouquet de roses.

François

Lettre 66

Objectif de l'acte : l'acte psychomagique avait pour but de m'alléger, de me libérer du "poids de la mère", du personnage de l'enfant non aimé. Cadet d'une famille de trois, j'ai débarqué sans être prévu dans une situation familiale déjà établie : ma mère s'occupant de mon frère qui était un enfant difficile, mon père ayant jeté son dévolu sur ma sœur dont il appréciait l'intelligence et les réussites scolaires. J'ai choisi de me cacher, d'être invisible pour être accepté, et je me suis installé dans une logique de perdant. C'est devenu un mode de vie : inaction, isolement, avarice, et par compensation orgueil et rage féroce contre ceux qui parviennent à se développer dans la vie.

Conception de l'acte : d'abord, enregistrer sur des cassettes mon mental fou que j'ai ou que j'ai eu dans le passé, acheter aussi quelques CD de *heavy metal*, fabriquer ensuite avec du tissu et du bourrage une poupée sans tête pour représenter ma haine de la mère que je projette sur les autres femmes. Faire aussi une petite montgolfière avec des ballons et une nacelle pour représenter mon orgueil. Prendre un agenda vide dont je déchirerais sept feuilles blanches pour symboliser mon inaction et un petit livre de héros pour enfants pour représenter mon infantilisme. Acheter une couverture écossaise pour représenter l'avarice et un revolver de plastique noir pour représenter mon côté suicidaire. Prendre aussi de grandes feuilles de dessin et de la peinture acrylique.

M'installer pour deux jours, durant un long week-end, dans une pièce dont je fermerais les volets, avec une lumière artificielle très faible. Installer un divan au centre de la pièce et le couvrir de la couverture écossaise. Éparpiller CD et cassettes sur le sol autour du divan. Coller les sept pages blanches de l'agenda sur les murs, mettre le revolver noir devant le divan,

placer la poupée dans la baignoire. Passer les deux jours seul, téléphone coupé, coincé sur le divan en lisant de manière répétitive la même page de cette histoire de héros et en écoutant les cassettes avec l'enregistrement de mon mental. Attacher ma montgolfière à un ou deux poignets. Le troisième jour au lever du soleil, détruire les CD et les cassettes au marteau, percer la montgolfière avec un éclat de CD et emballer le tout avec la poupée, les sept pages blanches, le petit livre et le revolver dans la couverture écossaise. Aller ensuite dans un coin tranquille à la campagne pour brûler le tout et enterrer les restes.

Au retour, me nettoyer tout le corps avec du sel, du citron et un savon de lavande. Aller ensuite dans un parc l'après-midi, m'installer sur un banc pour peindre en couleurs vives une feuille de dessin que j'offrirais à quelqu'un qui l'aimerait, pour passer ainsi de mon monde noir et blanc à une vie colorée, de mon avarice à la générosité. Profiter aussi de ce moment pour parler avec des gens qui s'arrêteraient, pour apprendre à sortir de ma bulle de verre.

Y retourner plusieurs dimanches, peut-être sept pour les sept jours de la semaine, pour installer en moi l'idée de constance, de régularité.

Déroulement de l'acte : la préparation de l'acte magique s'est passée sans difficulté, sinon que je me suis rendu compte que des ballons gonflés sans hélium ne flottent pas et ma montgolfière ne volait donc pas. La fabrication du mannequin à la tête coupée et l'enregistrement de mon mental sur cassette ont fait surgir beaucoup de tristesse.

Le mercredi matin, j'ai installé tous les éléments dans la chambre : pistolet, CD, pages blanches aux murs, volets baissés, la montgolfière attachée aux poignets, la couverture écossaise, et dans la baignoire le mannequin. Ensuite je me suis installé sur le divan couvert du plaid, j'ai commencé à lire la page de mon livre pour enfants ; j'avais trouvé un livre de Peter Pan, et la page avait un texte très court : *"Peter Pan y su sombra revolotearon por la habitación. La sombra no parecía tener prisa en volver*

a reunirse con Peter. Planearon por encima y por debajo de los niños, esquivando muebles y juguetes hasta que el jaleo despertó a Wendy. ¿ Caramba que estas haciendo ? Exclamo Wendy. Ya veo, intentas recuperar a tu sombra. Vamos, deja que te la cosa[*1]*.”*

En alternance avec la lecture, j’écoutais la cassette enregistrée. La pénombre, l’étroitesse du lieu et l’écoute de ma voix racontant ce mental stupide ont créé des vagues durant toute la journée. Des vagues de colère et de rage, pas vraiment définies, sinon contre ma bêtise, se sont succédé.

J’avais déjà vécu d’autres moments où j’exprimais cette rage, mais cette fois-ci, grâce aux séances de Seitai où j’avais pu sentir comment je bloquais physiquement toute expression de mes émotions, j’ai pu les laisser sortir plus librement et aller plus loin que la simple rage. D’autres vagues ont suivi, où s’exprimait le désir de vivre le présent, hors de ce mental qui me balançait du passé au futur, comme si je m’étais toujours interdit d’exister, coincé dans mon orgueil et ma haine. J’ai essayé de réaffirmer ma voix, me rendant compte de la fragilité de ma conscience face aux différents courants qui se manifestent et envahissent trop facilement tout mon espace intérieur.

Comme la pénombre fatiguait mes yeux, je devais les fermer régulièrement et je voyais aussitôt des images. Je n’y ai pas accordé trop d’attention pour ne pas plonger dans une autre forme de mental. En fin de journée, j’ai découvert le tableau aux trois femmes assises sur un divan, juste en face de moi, et je leur ai parlé de ce désir de vivre, de sentir, d’aimer.

Le lendemain matin, j’ai eu une impression tout à fait différente, comme si ce qui s’était passé la veille avait été une étape, mais que je devais maintenant aller plus loin, il ne s’agissait plus d’un simple exercice d’expression d’émotions positives ou négatives mais d’un acte, et qu’un changement devait se faire. C’était plus pragmatique et aussi plus dur parce qu’il y avait une exigence de résultat. J’ai encore écouté la cassette et lu mon livre pour suivre le programme, mais j’ai aussi écouté mon mental du

moment et surtout essayé de faire le silence. Ça a été mon travail de toute la journée, d'installer ce silence non pas comme un moment de méditation, mais comme un nouvel état.

Une seule vague est venue en fin de journée, j'ai crié "maman" de toutes les façons possibles, et après j'ai exprimé le désir de pouvoir aimer les femmes, de sortir de ce schéma dans lequel elles ne sont que des mamans dont j'attends tout ou dont je n'attends qu'une attitude castratrice et sur lesquelles je projette mon ombre. À la fin de ces deux jours, j'ai vécu un sentiment de joie, sans euphorie, parce que j'avais l'impression d'avoir déjà accompli quelque chose.

Restait le troisième jour et bien sûr mon perdant s'est manifesté dès le matin, avec l'impression que si je faisais un feu dans la campagne, tous les gardes forestiers de la région me verraient et que bien sûr l'après-midi personne ne s'intéresserait à ma peinture. Après avoir détruit les différents symboles et emballé le tout dans la couverture, je suis parti à la recherche d'un coin éloigné dans la campagne de Villanueva. En chemin, je suis passé à côté d'un petit groupe qui préparait le lancement d'une montgolfière. Je l'ai vu comme un sérieux bémol à mon expédition, je retrouvais mon orgueil sur mon chemin. Je me suis rendu compte alors que cet élément montgolfière que j'avais ajouté à la fin correspondait plus à mon père qu'à ma mère. J'ai finalement trouvé un coin pour tout brûler et, contrairement à mes pronostics, tout s'est bien passé.

Est venue ensuite l'étape de nettoyage et de purification de la maison. J'ai aspiré et nettoyé toutes les pièces que j'avais occupées, puis je me suis complètement nettoyé avec le mélange de lavande, citron et sel.

Il était déjà 3 heures quand je suis arrivé au parc, et pour moi, c'est là que la magie a commencé. Une place de parking à l'entrée du parc, quelques heures de soleil dans une semaine pluvieuse, un grand banc de pierre dans une roseraie à la fois très calme et avec du passage, mais surtout

cette sensation d'aimer tout le monde après ces deux jours d'isolement total, seul dans mon enfer, j'étais heureux de les voir tous.

J'avais à peine installé mon chevalet sur le banc qu'un petit garçon s'est précipité et m'a dit qu'il voulait me voir peindre. Nous avons bavardé pendant que je commençais. C'était un petit Roumain de dix ans, Alejandro, qui était avec sa mère et son grand-père. Il m'a expliqué qu'il aimait peindre aussi, qu'il avait reçu un prix à l'école pour une de ses peintures, mais que par contre à l'épreuve de natation il avait coulé.

Il racontait cela avec beaucoup d'humour, ce qui tombait bien pour moi qui peignais nerveusement à cause du regard des passants. Il m'a demandé ce que j'allais peindre, et comme je lui expliquais que je ne savais pas encore, que quelque chose sortirait des couleurs, il a commencé à m'expliquer ce qu'il voyait. D'abord il a vu un escargot, puis du feu brûlant un arbre et finalement une pierre entourée de flammes qui tombait sur la Terre comme un météore.

À la fin il m'a suggéré de peindre un cygne ou un canard. J'aurais bien aimé lui donner la peinture, mais il a dû partir trop vite. Il est venu me dire au revoir gravement, me regardant droit dans les yeux parce que c'était pour toujours.

J'avais à peine couvert la moitié de la feuille qu'une jeune femme s'est précipitée de loin pour me demander si je vendais ma peinture parce qu'elle avait été attirée par les couleurs. Je lui ai bien sûr dit que si elle l'aimait vraiment, je la lui offrais. Elle a été touchée et s'est assise à côté de moi en attendant que je finisse. Elle s'appelait Nathalie et venait de Bilbao en visite.

Je me suis rendu compte plus tard que son anxiété à avoir ma peinture correspondait en tout point à mon anxiété à la donner à quelqu'un. J'ai terminé ce qu'on pourrait décrire comme une vague esquisse d'un fond et je ne pense pas me sous-estimer en disant que ce n'était pas terrible, mais elle l'a emportée très contente. J'ai pu voir alors qu'il ne fallait pas être un

grand maître pour faire plaisir et que j'avais quelque chose à donner sans pour autant être le meilleur.

J'étais tout surpris de cette issue si rapide et évidemment très content. Je commençais à ranger mon matériel quand une vieille dame m'a demandé un plastique pour emballer des graines qu'elle avait trouvées sur le sol. Elle voulait surtout parler et s'est assise à côté de moi, elle m'a expliqué qu'elle était triste parce que sa famille qui avait passé une semaine avec elle venait de repartir. C'était une femme de Galice, une bourgeoise un peu sèche qui, je pense, était venue à Madrid pour être avec ses enfants. On a parlé un peu de tout et de rien, de sa famille et de ses petits-fils.

Finalement un jeune type est venu me dire qu'il était temps que je rentre, en me demandant de bouger mon matériel parce qu'il voulait faire de la gym sur le banc. J'avais ainsi rencontré trois générations et je suis rentré vraiment heureux.

Le dimanche suivant, j'ai pris un itinéraire que je respecterais les cinq autres jours, le train, la montée vers le parc et le banc de pierre dans la roseraie.

Certains jours, j'ai eu la chance de parler avec des gens qui en général étaient là avant moi sur le banc, prenant le soleil, lisant un livre ou faisant des mots croisés. Je m'installais et commençais à peindre jusqu'à ce que nous entamions la conversation pour une raison banale, conversation qui continuait parfois une bonne partie de l'après-midi.

J'ai réalisé plus tard que jamais auparavant je n'avais ainsi créé de contact avec des inconnus. Certaines rencontres ont été profondes, d'autres moins, mais en soi, c'est un changement radical par rapport à mon passé. Il s'agissait de personnes qui vivaient un moment délicat dans leur vie, changement de pays, de travail, de point de vue sur leur vie, et un jour j'ai parlé avec deux hommes qui ont joué un véritable effet miroir pour moi.

Un autre aspect a été la succession de symboles qui m'a montré la magie de la vie quand on se branche. D'abord cette montgolfière sur mon

trajet du troisième jour, symbole qui est revenu le dernier jour avec la visite de ce petit mongolien, cela m'a montré que cet élément-là n'avait pas sa place dans cet acte-ci, comme je l'ai dit, l'orgueil chez moi est plus lié à mon père. Puis le petit Alejandro qui est venu m'accueillir dans la roseraie comme pour me dire que j'étais à la bonne place. Ensuite cette femme à qui j'ai offert une peinture et qui m'a dit que son mari s'appelait Grégorio Pintor et sortait de l'hôpital après une opération, et que mon cadeau lui faisait doublement plaisir. Ou cet homme qui est venu me dire que je devrais faire de la peinture de tissus pour les vêtements modernes, associant ainsi mon travail à celui de Catherine, ma sœur, designer à New York, qui utilise des tissus peints à la main pour ses modèles.

J'ai pu aussi sentir à quel point le monde extérieur se dessine précisément à l'image de mon état intérieur : l'anxiété de cette jeune femme à emporter ma peinture le premier jour, le moment de transition délicat et difficile où se trouvaient les quelques personnes qui m'ont parlé de façon plus profonde, la pauvreté des contacts et les difficultés dans la journée quand je partais avec des pieds de plomb.

Un autre changement radical est d'avoir offert le résultat d'un travail que j'avais fait moi-même. Pour y arriver, j'ai dû dépasser mes peurs, ma paresse, mon orgueil, mais j'ai pu voir que je pouvais donner quelque chose sans être le meilleur et c'est un résultat qui m'encourage beaucoup.

Je sens que cet acte joue en moi l'effet d'un catalyseur qui me permet de me lancer dans une vie positive, créative et pleine de surprises très instructives.

Merci Alejandro,

Grégoire

Notes

*1. “Peter Pan et son ombre voltigèrent dans la chambre. L’ombre ne semblait pas pressée de se retrouver de nouveau jointe au garçon. Ils planèrent autour des enfants, esquivant meubles et jouets jusqu’à ce que le raffut réveille Wendy. « Mais enfin, que fais-tu ? s’exclama-t-elle. Je vois, tu essaies de récupérer ton ombre. Laisse-moi donc te la recoudre. »” *(N.d.T.)*

Lettre 67

Objectif de l'acte : le premier était axé sur mon père. L'objectif était de me libérer de ce sentiment d'être un perdant, sentiment né du tempérament écrasant de mon père et de son côté "Cronos", qui menait sans cesse à des situations dans lesquelles je me retrouvais dans une position d'infériorité par rapport à lui. Me libérer de cet état d'esprit qui me conduit à reproduire sans cesse le même schéma dominant-dominé.

De temps en temps, sans m'avertir, mon père me faisait participer à des compétitions d'athlétisme que je n'avais *a priori* aucune chance de remporter. J'en ressortais avec un sentiment de profonde frustration de ne pas avoir été à la hauteur de ses attentes, lui qui, depuis les gradins, criait pour m'encourager à battre tous les records (et dans le même temps pour m'insulter) en tant que "fils d'Augusto".

Dans notre salon trônait une fausse affiche taurine sur laquelle figurait le nom d'Augusto A. "el Bala" aux côtés de deux grands toreros de l'époque. J'avais très peur des taureaux et je me sentais humilié, et de nouveau frustré, lorsqu'il m'obligeait à participer aux corridas de vachettes du village. Je me percevais comme un traître incapable d'être à la hauteur de la maxime "Le fils d'Augusto ne connaît pas la peur". Des situations comme celle-ci ont profondément marqué la voie que j'ai empruntée dans la vie, imitation caricaturale de mon père dans une large mesure, pour entretenir l'illusion d'être un jour accepté, de pouvoir exister à ses yeux.

Conception de l'acte : dans un stade d'athlétisme, je vais courir cinq kilomètres quotidiens pendant dix jours, du 1er au 10 avril [2003]. Je porterai, accrochés à mon torse, une reproduction du Cronos de Rubens et un chronomètre. L'idée est de faire chaque jour mieux que la veille. Chaque jour, je remporterai une médaille portant au dos l'inscription suivante :

“Course contre Cronos, vainqueur, date : x avril 2003”. Je ferai faire deux affiches taurines avec le nom de Jaime A. “el Libre”, que je mettrai au mur de ma chambre.

À côté des affiches, en guise de trophées, j’accrocherai au fil des jours les médailles gagnées. À l’issue des dix jours, j’utiliserai deux œufs, symboles d’un potentiel inexploité (une image de castration), et avec eux, je créerai un mural, un collage, en utilisant le blanc comme colle, le jaune comme peinture, et à moi de décider ce que je ferai de la coquille. Sur ce mural, je représenterai un projet, un plan de vie qui m’appartient. Puis je brûlerai l’image de Cronos et je dissoudrai une partie des cendres dans un verre de champagne que je boirai.

Déroulement de l’acte : je commence à me sentir stimulé dès que je pars en quête des médailles et des affiches taurines. Les deux fois où je me rends à Madrid (je vis à treize kilomètres de là) dans ce but, je croise pratiquement au même endroit mon amie Ángela. J’ai envie de voir le tableau original de Cronos et je me rends donc au musée du Prado. Je connais à peine Madrid et m’y garer me paraît toujours un exploit. Lorsque j’ai l’impression d’être assez proche du musée, je gare la voiture et que vois-je ? Une boutique d’affiches taurines. J’en fais faire deux. Je vais au musée contempler le tableau de Cronos, ce qui me donne la chair de poule. Celui de Goya et celui de Rubens me procurent la même émotion. Je me promène comme un zombie dans les galeries, le sang gelé dans mes veines. Je me sens décidé à rompre cette malédiction. Je ne veux pas agir ainsi avec mon fils ! J’achète deux reproductions et je pars. Ce même jour, j’entre dans un magasin de trophées qui s’appelle *Alegre* (pendant un moment, j’ai eu en tête les mots *alegre*, “joyeux”, et *alegría*, “joie”).

J’ai demandé la permission d’aller courir tous les jours au stade municipal. On m’a répondu que si c’était pour m’entraîner en vue d’une compétition, je pouvais utiliser la piste sans être licencié ni payer. *C’est ça*, ai-je pensé, *une compétition pour devenir moi-même*. Le reste de l’acte s’est

déroulé dans la solitude. Ce cadre, le stade, faisait battre mon cœur plus vite. Chaque après-midi, j'étais pratiquement seul sur la piste. Je faisais religieusement mes treize tours, un œil sur le chronomètre. Ça a été une lutte interne entre une voix sceptique qui me disait *Tu n'y arriveras pas, tu es trop vieux pour toute cette agitation, à quoi tu joues ?…* et l'autre qui rétorquait avec colère : *Tu ne me mangeras pas, je courrai le plus vite possible pour que tu ne m'attrapes pas !* J'ai commencé de façon très énergique et le quatrième jour, je ne pouvais même pas marcher, monter des marches était un supplice, mon corps tout entier me faisait souffrir. J'étais sur le point d'abandonner, les premiers tours ont été une véritable torture. J'ai utilisé des produits contre la douleur. Deux jours d'affilée, à trois et à quatre secondes près, je n'ai pas réussi à battre le temps de la veille. De temps en temps, je croisais une jeune femme qui courait en sens inverse et je l'utilisais comme référence pour retrouver la cadence. Le va-et-vient de ses cheveux, la légèreté de ses foulées de gazelle m'évoquaient le mot *alegría.* J'avais alors l'impression de remonter à la surface, de devenir léger moi aussi. Je me rendais compte de ma pingrerie. Je me voyais fournir le moins d'efforts possible parce que je savais pertinemment que je devrais me surpasser ensuite. Au sixième jour, j'ai eu comme une révélation. *Quelle vie je mène, toujours avec le frein à main enclenché !* Je me suis dit : "Jaime, tu y vas ou non ? Donne-toi à fond !" Je me suis mis à agir différemment. Passionné, mais réfléchi. Les premiers jours, je n'avais fait que courir en regardant le chrono vers la fin pour savoir si je devais ou non accélérer. Là, tout avait changé, chaque tour était un défi. J'ai couru avec pratiquement le chrono en main, je me suis senti puissant, beaucoup plus libre. Ce qui m'avait paru une éternité est passé en un éclair. Entre le premier et le dernier jour, j'ai amélioré mon temps de six minutes. Chaque jour, en rentrant, épuisé mais content, j'avais envie de célébrer ce moment par une petite fête, je me sentais satisfait face à mes trophées.

À ma grande surprise, le plus difficile a été de répondre à la question “Qu’est-ce que je veux ?”. Au moment de commencer à réaliser le collage, mon esprit était vide. Aucune inspiration, aucune aspiration. Je ne trouve pas de moteur psychique. Je pense : *Ce que je veux, c’est sortir de là, de cette apathie née d’une vulnérabilité acquise, de cette voix qui me dit que quoi que je fasse, rien ne changera.* J’ai fait un montage avec la reproduction de Cronos dans lequel on le voit géant, en train de dévorer un Cronos plus petit qui lui-même en dévore un autre plus petit encore, qui lui-même s’apprête à dévorer un enfant. J’arrache l’enfant que le dernier de ces Cronos a dans la bouche et je l’incorpore à un autre tableau dans lequel on voit des figures, entités célestes qui saisissent des enfants par les bras pour les aider à s’élever.

Le fils de Cronos est là, désormais, soulevé dans une embrassade pleine d’amour. Avec le jaune d’œuf et mon sang, j’ai dessiné un cœur que j’ai entouré de pétales de roses. À mesure que je les collais, je sentais une caresse chaude, comme si je m’étais mis à me “dorloter” moi-même, à me traiter avec égard. Je considère que le mural reste inachevé, il y a encore beaucoup d’espace pour y ajouter des projets, des objectifs, des ambitions. Pendant un moment après l’acte, j’ai ressenti quelque chose de nouveau dans la poitrine : la sensation d’être dans le monde, de faire les choses sans le regard inquisiteur du père, de les faire sans raison, de les faire pour moi.

Jaime A.

Lettre 68

Objectif de l'acte : ouvrir mon cœur pour m'ouvrir aux autres. Pourquoi ? J'ai quarante-sept ans. J'ai une femme et une fille. Je suis professeur de français et musicien. Jusqu'à présent, je restais prisonnier d'un ego et d'un narcissisme énormes liés au vide affectif de mon enfance. Malgré la prise de conscience, grâce à un travail intérieur, du fait que je n'ai pas du tout été aimé par mes parents, je continuais à reproduire en moi ce vide affectif et ne parvenais pas à ouvrir mon cœur et à m'ouvrir aux autres. Je voulais donc cet acte psychomagique pour aller au fond du problème et sortir de cette prison.

Conception de l'acte. Première partie :

1. Dessiner sur un carton un cœur à l'intérieur duquel est écrit : "À notre fils bien-aimé", signé "ton papa" et "ta maman". Déchirer ce cœur en petits morceaux. Placer les morceaux dans un corset à porter sur mon ventre sous la chemise pendant vingt et un jours. Dans le même corset, placer les documents notariés d'héritage de mes parents (mes parents sont tous les deux morts il y a quelques années), ainsi que les nombreuses lettres que mon père m'a écrites il y a quelques années et dans lesquelles il exprimait toute son avarice.

2. Acheter dans un supermarché les vêtements et sous-vêtements les moins chers possibles, comme le faisait ma mère pour ses enfants. Porter ces vêtements pendant les vingt et un jours.

3. Porter sur la tête pendant ces vingt et un jours un walkman qui reproduit sans arrêt une cassette sur laquelle ma voix est enregistrée. Cette voix se soucie de moi et me pose beaucoup de questions : "Comment vas-tu ?", "As-tu bien dormi ?", "As-tu bien mangé ?", etc. Elle me pousse aussi à tout prévoir : "N'as-tu rien oublié ? As-tu pensé à tout ce que tu dois faire

ce soir, et demain ?" Elle me donne raison aussi sur tout ce que j'ai l'habitude de reprocher aux autres, dans le travail ou la vie privée : "On ne voit pas tout ce que je fais", "Personne ne reconnaît mes mérites", etc.

Ne retirer le corset et le walkman que pour donner mes cours, diriger la chorale, ou la nuit pour dormir.

Deuxième partie : le vingt-deuxième jour, retirer le corset. Placer les vêtements dans une boîte à mettre dans un conteneur municipal de recyclage de vêtements. Faire du papier recyclé avec les morceaux cartonnés du cœur, les documents notariés et les lettres de mon père. Utiliser les feuilles de papier ainsi fabriquées comme partitions musicales.

Composer deux chansons, l'une dans un style féminin et l'autre dans un style masculin. Écrire la partition de ces chansons sur les feuilles de papier recyclé. Offrir à un couple qui va se marier de chanter gratuitement lors de leur messe de mariage (je suis ténor classique et je chante régulièrement dans les messes de mariage). Inclure dans le programme les deux chansons composées.

Déroulement de l'acte : les vêtements que ma mère achetait étaient non seulement bon marché, mais aussi tristes et sans goût. Ceux que je portais l'étaient aussi. Avec mon walkman sur la tête, je me coupais des autres et me renfermais dans un personnage triste, fade, obsédé par ses préoccupations sur lui-même. La première semaine, je sentais un certain confort à cet isolement. Je n'étais plus obligé de faire des efforts pour aller vers les autres. J'étais d'accord avec ce que racontait la voix du walkman. Je recommençais aussi à manger n'importe quoi n'importe quand, et à grossir, comme quand je vivais chez mes parents. En fait, je ne me sentais pas très différent de mon état d'esprit habituel. C'était simplement beaucoup plus concentré. Je vivais, mais cette fois en permanence, des comportements et des pensées qui revenaient régulièrement mais de manière plus dispersée dans ma vie courante.

À partir de la deuxième semaine, cette impression de confort a fait place progressivement à un véritable enfer. La volonté de me couper de tout et de tous me faisait vivre comme un enfer tout contact obligatoire avec les autres. Tout le monde m'énervait, *a priori*. Je pensais : *Qu'est-ce qu'on va encore me demander quand je vais rentrer ce soir à la maison ? Je suis sûr que c'est à moi qu'on va demander de faire ce travail. J'en ai marre. Je suis fatigué. Pourquoi est-ce qu'on ne peut jamais être tranquille ? Personne ne pense à moi.*

Parallèlement, je ne pouvais m'empêcher d'observer ce personnage dans lequel je m'étais mis. Un jour, j'ai pris conscience que ce personnage ne vivait qu'au niveau du mental et de l'estomac. Je remplissais l'estomac pour consacrer l'essentiel de mon énergie à digérer, mais aussi pour calmer angoisses et tensions. J'utilisais le mental dans le même but et pour vivre des choses que d'autres vivent à un autre niveau. Par exemple, j'ai acheté à nouveau des revues pornographiques, chose que je faisais dans ma jeunesse quand j'avais des problèmes de contact physique avec mes partenaires.

Le moteur émotionnel et *a fortiori* affectif était complètement en panne. J'étais beaucoup plus malade que je ne le pensais. Les souvenirs d'enfance sont revenus et j'ai ressenti en profondeur le monde totalement sans émotions de mon enfance, la manière dont mon père, ma mère, ma sœur et moi vivions côte à côte comme des êtres juxtaposés, sans aucune manifestation ni interaction affectives. Je me suis senti dans la peau de mon père, dans ses peurs, ses lâchetés, son avarice. J'étais lui et il était moi. La peur était très forte. À la fin des vingt et un jours, j'en avais marre de vivre le monde comme un agresseur permanent. De plus, je m'ennuyais dans ma bulle alimenté seulement de patates frites et de mayonnaise. J'ai retiré le corset et le walkman avec joie, mais sans explosion. Je sentais que j'avais ouvert un chemin pour fonctionner autrement, mais qu'il fallait maintenant le prendre et changer progressivement toute une manière d'être. Quand le mental et les angoisses sont retombés, je me suis mis en état de réceptivité

pour composer les chansons. J'ai reçu la mélodie masculine dans un rêve. La mélodie féminine, je l'avais reçue dans un rêve il y a vingt ans, mais je n'en avais jusqu'à présent rien fait. Cette fois, en état d'inspiration, les paroles et l'arrangement musical sont arrivés.

Parallèlement, j'ai retrouvé le plaisir du travail manuel artisanal en découvrant la technique du recyclage du papier. L'église où j'allais chanter, je l'avais visualisée au moment de la conception de l'acte. J'ai expliqué au curé que ma femme avait été très malade et que j'avais fait le vœu que si elle se rétablissait, j'offrirais ma voix à un couple pour son mariage. Il en a été ému et m'a aidé à trouver le couple en question. Le jour dit, j'ai engagé – et bien sûr payé – une organiste pour m'accompagner et j'ai chanté mes chansons. J'étais ému de lire cette musique sur des feuilles qui avaient contenu tout l'univers familial, univers qui m'avait toujours empêché d'être un vrai artiste… et ces chansons ont vraiment une force et une émotion.

Dans les semaines qui ont suivi, il y a eu de fortes tentations de retourner en arrière, dans le mental, dans l'estomac. Je sens que je ne peux plus me raconter d'histoires et qu'il ne dépend que de moi de choisir l'un ou l'autre chemin.

Jason

Lettre 69

Premier acte psychomagique

Objectif de l'acte : me libérer de la frénésie de pouvoir qui contamine toute ma vie. C'est un aspect de l'identification avec ma mère.

Conception de l'acte : pendant trois jours, je m'habillerais comme ma mère, dans le style de Mlle Rougemont dans *Heidi*, avec un chignon très serré que je porterais jour et nuit et une photo de ma mère collée sur la poitrine. Au bout des trois jours, je me couperais une grosse mèche de cheveux, symbole de ma soif de pouvoir, et je la brûlerais avec la photo de ma mère. Je garderais les cendres dans le ventre d'une petite poupée. Le 1er janvier, je creuserais un trou dans lequel j'enfouirais les vêtements portés et la poupée avec les cendres et, par-dessus, je planterais un arbre.

Déroulement de l'acte : j'ai entièrement changé d'aspect avec le chignon et les vêtements. Je me suis fait peur en décelant sur mon visage les traits de ma mère. Au début, je jouais le rôle très exagérément, en pensant que je serais ainsi plus efficace. Mais c'était en réalité une protection pour ne pas sentir. Lorsque j'ai commencé à intérioriser l'acte, il a complètement changé. Ça a été très dur. En plus, j'ai fait cet acte au moment de Noël, entourée des personnes les plus proches de moi, celles que j'aime le plus.

Peu à peu, le personnage de ma mère s'est matérialisé en moi, jusqu'à s'emparer entièrement de moi. Je haïssais tout le monde, je rabaissais hommes et femmes par des critiques corrosives. J'avais envie d'attaquer, de faire payer aux autres mon mal-être, j'avais soif de destruction dans mon entourage. Et je me sentais supérieure à tout et à tout le monde. J'étais incapable de communiquer, mais de toute façon, je n'en ressentais pas l'envie ! Je ne supportais pas que quelqu'un d'autre soit meilleur que moi, ou ait quelque chose de mieux. Mon mépris pour la vie était absolu.

Je suis devenue de plus en plus rigide ; mon cerveau, lui, fonctionnait à pleine puissance, comme un fou qui se parle à lui-même. Mon être entier n'était que haine, et j'ai fini par dégager quelque chose de si négatif que le dernier jour, même mes chiens se sont mis à aboyer en me voyant, comme s'ils ne me reconnaissaient pas.

Ce qui m'a bouleversée le plus ensuite, c'est de me rendre compte que j'avais passé ces journées complètement enfermée dans ma folie, m'identifiant à elle, et que j'aurais été capable de partir, d'abandonner toutes les personnes qui m'aimaient.

À l'issue des trois jours, la panique m'a envahie : qu'allait-il se passer quand j'enlèverais ce déguisement ? J'avais l'impression que la haine et l'appétit de pouvoir étaient les seules choses qui occupaient ma vie, qu'il n'y avait rien d'autre.

J'ai été très émue lorsque mes amis sont venus à ma rencontre, après avoir ôté mon déguisement : j'ai eu le sentiment qu'ils me confirmaient que je n'étais pas uniquement celle que j'avais incarnée ces jours-là, qui continuait à ce moment-là d'être ma seule réalité.

J'ai aussi été contente de creuser le trou pour y planter l'arbre. La terre était si mouillée et argileuse que j'ai dû creuser avec les mains, au prix de grands efforts (en plus, la nuit est tombée et j'ai dû terminer dans l'obscurité). Mais ce geste m'a lavée.

Après avoir terminé l'acte, je ne me sentais pas très bien. J'étais même d'autant plus consciente de toute cette négativité dans mon quotidien, dans ma relation aux autres, ce qui me faisait souffrir. Ce n'est qu'après un mois que j'ai commencé à sentir que quelque chose avait changé.

Deuxième acte psychomagique

Objectif de l'acte : j'en ai assez de vivre toujours en demande d'affection maternelle et d'être incapable de donner aux autres.

Conception de l'acte : je confectionnerais une poupée en argile qui me représenterait, moi enfant, et durant trente-cinq jours (mon âge) je

m'occuperais d'elle comme une mère, je lui donnerais tout ce que je n'ai pas reçu. Je peindrais un éléphant, symbole de la fonction maternelle positive, et je porterais cette peinture sur moi tout au long de l'acte. À la fin des trente-cinq jours, j'irais dans une église avec la poupée pour la donner à la Sainte Vierge. Je mettrais ses vêtements dans une petite valise qui monterait au ciel grâce à des ballons. Je brûlerais son lit et je mélangerais les cendres à de l'eau pour arroser mes deux oliviers. Enfin, je préparerais une fête pour les enfants de mes amis.

Déroulement de l'acte : ça a été magique, dès le tout début. Je me suis entièrement consacrée à ce rôle de mère. Je sentais le besoin d'amour de la poupée et je voulais tout lui donner, tout ce que ma mère n'a jamais fait pour moi. Mais, petit à petit, une profonde tristesse m'a envahie. Je me rendais compte qu'en tant que mère, j'étais bloquée, incapable d'aimer. Je ressentais aussi la peur de la fille-poupée d'être abandonnée. De plus, un bras d'argile s'est cassé. J'ai vécu cela comme un signe. J'ai commencé à la faire parler et elle m'a dit qu'elle était la meilleure de sa classe. J'ai alors compris pourquoi son bras s'était cassé. Tous ses actes (le bras) étaient dominés par la soif de pouvoir. Je lui explique qu'elle agit ainsi parce que sa mère ne l'a jamais aimée. À ma grande surprise, sa réaction à mon encontre a été très violente. J'en ai été très affectée, parce que je me suis rendu compte qu'elle était capable de tout pour se convaincre d'être aimée par sa mère, et j'ai pris conscience que c'est ainsi que se déroulent les choses dans ma psyché : je ne veux pas trahir ma mère.

J'ai décidé de lui fabriquer un nouveau bras d'argile et de faire un acte psychomagique avec l'ancien : nous le déposerions dans un vase jusqu'à ce que la pluie le défasse. Nous le mélangerions ensuite avec l'argile du lieu où nous vivons et nous confectionnerions deux cœurs, un pour elle et un pour moi. Nous avons exécuté ce plan.

J'ai été surprise de découvrir que les idées m'*apparaissaient*, fusaient d'elles-mêmes, comme si elles me signalaient le chemin à suivre. Par

exemple, une nouvelle diffusée à la radio m'a rappelé un événement de mon enfance, à l'origine de ma vision négative du sexe. J'ai donc fait ce que ma mère aurait dû faire : m'expliquer l'aspect merveilleux de la vie. Je n'imaginais pas l'effet que ça allait me faire.

J'en suis ressortie lavée.

C'est aussi à ce moment-là que ses complexes sont apparus, et j'ai commencé à sentir l'enfant marquée par les obligations, toujours en train de se demander si telle chose est bonne ou mauvaise. J'ai décidé de mettre de la musique au hasard et nous nous sommes mises à danser et à crier. J'ai senti une énergie qui se libérait, tout ce qui était contraint par les règles. Nous avons ainsi continué à danser tous les jours.

Nous avons fait tout un tas d'activités toutes les deux (chanter, jouer du piano, peindre, monter à cheval, nous promener) ; tout prenait une dimension particulière, je me sentais très présente dans tout ce que nous faisions.

Le jour de notre anniversaire est arrivé. J'ai fait de belles choses pour elle et organisé une fête. En plus, mon compagnon était à nos côtés. Je voulais que la vision des hommes de ma fille-poupée soit différente de celle, haineuse, de ma mère.

Il y a aussi eu des moments où elle piquait des crises. Et chaque fois, j'ai su réagir avec créativité. Je me suis rendu compte que quelque chose était en train de changer en elle, qu'elle était pleine de colère car sa mère ne l'avait pas aimée. Nous sommes allées dans un lieu solitaire pour crier cette colère. Ça m'a coûté, mais j'ai poussé un cri puissant lorsque cette colère de petite fille en manque d'amour est sortie.

J'ai été complètement désarmée le jour où je lui ai préparé un théâtre de Guignol : je me suis sentie submergée d'une immense émotion d'enfant, inexplicable. Un autre événement important a été le moment où elle s'est mise à me poser des questions sur Dieu. Je me suis rendu compte du drame et du traumatisme qu'avait été sa première communion. Sa mère l'avait

grondée à la sortie de l'église parce qu'elle n'avait rien demandé à Dieu, et lui avait dit que c'était trop tard, que Dieu ne voudrait plus jamais entendre parler d'elle (je me souviens que, prise de contrariété, je suis tombée malade). Je me suis dit que j'allais revivre le jour de ma première communion. J'ai cousu une robe blanche, avec un voile et des fleurs. Nous avons fait une véritable cérémonie. Ma fille-poupée a parlé avec Dieu, lui a posé toutes les questions qu'elle voulait. C'était très émouvant.

Alors qu'arrivait le moment de se quitter, je lui ai expliqué que j'allais l'emmener à la Grande Mère qui s'occuperait d'elle pour toujours. Mais avant, il nous faudrait pardonner à notre mère biologique. Nous sommes donc allées sur sa tombe symbolique et l'enfant a accordé le pardon à sa mère. Je me sentais heureuse de tout ce que nous avions vécu ensemble, du lien qui s'était créé entre nous. J'ai senti qu'elle pouvait enfin partir.

Comme j'ai eu du mal à trouver une église ouverte le matin, je me suis rendue à la cathédrale. Elle était pleine de touristes, mais on m'a désigné une chapelle réservée au culte. J'y suis entrée et j'ai été saisie : la Vierge était là, l'Enfant Jésus dans les bras, en haut d'un autel impressionnant. Mais l'accès était fermé. Comme j'ai senti que c'était là, le lieu où je devais accomplir l'acte, j'ai observé les alentours : quelques fidèles priaient en silence et un homme nettoyait les candélabres.

Je me suis dirigée vers lui et je lui ai dit que j'apportais une offrande à la Vierge. Je crois que mon émotion était telle que l'homme n'a pas eu le cœur de refuser. Il m'a ouvert l'accès et je suis montée sur l'autel. J'étais submergée par l'émotion. J'ai senti quelque chose d'immense, la grandeur profonde de la Grande Mère, de la Vie, et Elle qui accueillait pour toujours mon enfant mal-aimée.

À mon retour, j'ai envoyé au ciel ses affaires grâce aux ballons et j'ai brûlé le reste, puis j'ai éparpillé les cendres, diluées dans de l'eau, sur mes oliviers.

Le lendemain, j'ai préparé une fête pour les enfants. Là aussi, j'ai laissé libre cours à mon imagination, et j'ai réussi à créer une soirée magique. Je me sentais riche, créative, capable de donner. Un mois après, je me suis rendu compte que ce jour-là s'était créé dans mon corps l'ovule qui allait être fécondé : je suis enceinte.

Mille fois merci,

Jessica

Lettre 70

Premier acte psychomagique

Objectif de l'acte : les mois qui ont précédé la naissance de mon fils Robin, j'ai eu des rêves très violents qui me montraient que je ne voulais pas d'enfants et encore moins d'un garçon. Mon refus de vivre une nouvelle maternité était clair et m'étouffait ; en revanche, je ne sentais pas cette opposition au fait que cet enfant naisse garçon.

Le premier rêve que j'ai fait après son arrivée était que ma poitrine était un ensemble de chairs molles remplies de déchets que j'avais accumulés dès sa naissance, je n'avais pas de seins, donc rien pour le nourrir. Mon acte était destiné à sortir de cet état "la maternité est un cauchemar, une horreur, et je dois vivre cela une fois de plus". J'avais besoin d'une aide, pour lui, pour moi.

Conception de l'acte. Première partie : réaliser un bébé en mousse et le peindre ou le colorier en noir. Mettre contre ce bébé deux papiers : devant, inscrire "Les garçons sont des déchets" ; derrière, écrire sur l'autre papier "Je hais la maternité". Envelopper ce bébé d'un morceau de sac-poubelle et le porter trois jours et trois nuits sur mon ventre en m'entourant de son long cordon ombilical. Puis aller dans la nature crier ma rage et ma colère de devoir être à nouveau mère, sentir dans tout mon être ce refus.

Ensuite, aller voir ma mère, et lui donner ce bébé noir et détesté en lui disant : "Je te rends ce que tu m'as donné." Lui expliquer ce qu'il signifie pour moi et lui parler de ma tristesse concernant sa réaction après mon accouchement.

Deuxième partie : laver chaque jour un vêtement de Robin (pendant le nombre de jours qui se seraient écoulés depuis sa naissance) et le faire tremper dans de l'eau avec du miel. Le dernier jour, je laverais aussi un

ensemble de Brigitte, ma fille, que je ferais également tremper dans de l'eau et du miel ; je le lui ferais porter une journée. Ce jour-là, elle aurait aussi dans la doublure de son vêtement deux grandes photos de ses parents : une d'Alexandre (son deuxième père… mais celui qu'elle considère comme son véritable père) et l'autre de moi, et elle les porterait toute la journée.

Quant à Robin, je lui mettrais ce même jour un body sur lequel j'aurais dessiné un grand cœur rouge à l'avant (Alexandre m'en avait dessiné un sur mon ventre juste quelques jours avant que Robin ne naisse pour lui souhaiter la bienvenue) avec "Tu es un garçon", et derrière l'inscription : "Tu as un père et une mère" (puisque mon autre gros problème est que je ne veux pas que mes enfants aient un père, puisque je n'en ai pas eu moi-même).

Pendant tous ces jours où je laverais les habits, je porterais sur mon utérus un cœur en velours rouge. Quand tout serait fini, je masserais mon compagnon avec du miel pour mettre de la douceur à la fois sur l'homme et sur le père de mes enfants, puis je lui dessinerais un cœur rouge sur le sexe pour transformer cette pensée : *C'est lui qui m'a planté cette horreur/cet enfant dans le ventre*.

Déroulement de l'acte : je commence par réaliser ce petit bébé en mousse mais je n'ai aucune émotion en moi. C'est le vide, comme si c'était une machine qui agissait. Puis je le colorie en noir et, là, ce bébé-déchet commence à prendre vie et c'est une vague de tristesse qui m'envahit. Je me sens très mal. J'ai fait le bébé assez petit car c'est comme une grande honte pour une mère de sentir cela pour son enfant. J'assume et décide de le garder comme ça, à cette taille. Je me l'attache et, là encore, je sens que je me coupe de ce que ça va provoquer en moi. Le soir, quand mon compagnon arrive, je me sens mal car quand je bouge, on entend le bruit du sac-poubelle sur mon ventre. Je me sens sale…

Je suis tendue et j'ai surtout envie d'être seule. Le premier soir, Robin, mon fils, a de la fièvre. J'ai peur, très peur car j'ai l'impression que si je me

coupe de la violence de mes sentiments, c'est lui qui trinque.

Le lendemain, quand je me réveille, je réalise que j'ai oublié de mettre les deux inscriptions sur ce bébé ; j'ouvre le morceau de sac-poubelle et glisse les deux messages contre l'enfant… Là, j'éclate en sanglots car c'est trop fort. Je sens une honte profonde de vivre avec ça sur mon ventre, dans mon ventre. Tout se déchaîne en moi et je me sens très mal. Vis-à-vis d'Alexandre, son père, n'en parlons pas ! J'ai du mal à assumer ce bébé-horreur quand je suis à ses côtés car lui vit tout le contraire. C'est un grand cœur qui bat au rythme des enfants qui l'entourent. Il les aime vraiment et moi pas…

Le troisième jour : je pense vraiment que ma vie est inutile puisque je suis mère. Je considère que ça ne vaut rien. Ça me prend dans tout mon être. Être une mère et rien d'autre… Un cauchemar au quotidien.

Je pars marcher… Un mot cogne dans ma tête : CONDAMNATION. C'est ainsi que je vis cette vie de mère. Je suis pleine de rage, j'en ai marre. C'est comme si je devais "me taper la maternité". Je me mets à crier "Ça me fait chier !", j'ai des images d'un rêve violent avec ma mère, avec cet héritage contre la maternité et contre les garçons. Une voix haineuse sort de ma gorge, je tape dans les arbres, je suis en rage contre la vie "parce qu'elle me fait ça". Je rentre à la maison. Je vais voir Viva, ma mère. En me voyant arriver, elle a déjà compris. Elle est très tendue et me lance : "J'imagine que tu vas me rendre quelque chose ?" J'acquiesce. Je sens que la situation est difficile, plus que je ne l'imaginais. Je pensais qu'elle allait collaborer simplement, comme deux adultes qui défont un nœud… mais ça ne semble pas se dessiner ainsi. Je lui dis "Je te rends ce que tu m'as donné" en lui tendant le petit paquet que je lui demande d'ouvrir. Je lui explique que je veux sortir de mon enfer et en finir avec ces générations de mères qui détestent leur fils, et j'ajoute que contrairement à ce qu'elle voudrait penser, mon second accouchement s'est très bien déroulé, mon compagnon m'a aidée et a accueilli son fils avec joie, et cette naissance restera un moment

très important pour moi. Ma mère prend cet enfant-déchet mais je sens qu'elle n'avale pas vraiment. Ça n'a pas été facile du tout.

Seconde partie de mon acte : au début, porter ce cœur me coûte bien plus que de porter ce bébé-déchet ! C'est absurde mais j'ai l'impression que je vais l'oublier tout le temps (après les douches, etc.). Je le porte jour et nuit pendant vingt-cinq jours… Les sensations évoluent… Petit à petit, je commence à me sentir bien avec ce cœur contre moi. J'aime sentir sa douceur, sa chaleur, et les quelques minutes par jour où je le retire, je me sens "nue". Je le chauffe avec mes mains le soir, avant de m'endormir.

Quant au lavage des vêtements, je le prends un peu mécaniquement au départ, puis ça devient une sorte de rituel que j'apprécie, lié à Robin. Une nuit, suite à une soirée où je me suis sentie très agressive vis-à-vis de Robin, violente même dans mes gestes car j'en ai marre de ce don vingt-quatre heures sur vingt-quatre, je rêve que Robin meurt et qu'on me remet dans un sac-poubelle son petit corps encore chaud mais déjà inerte… Je sens que "je disjoncte" car c'est inacceptable, et surtout inconcevable. Je ne pourrai pas vivre avec cela en moi… Je me réveille en sueur, prends Robin dans mes bras et pleure longuement "l'être" que je suis…

Concernant Brigitte, ma fille, le jour où elle doit porter l'ensemble propre et adouci… c'est le carnaval ! Le seul et unique jour de l'année où elle ne porte rien à elle puisqu'elle va être déguisée ! Je suis désespérée… Je refais le compte des jours… et c'est le lendemain en fait. Je reprends de l'énergie. Je couds les photos dans la doublure de sa veste et, curieusement, elle qui a toujours trop chaud passe tout le trajet en voiture Madrid-Séville (nous partions une semaine) avec sa veste sur elle. Quand je lui propose de la retirer vers la fin du trajet (Alexandre ne sait rien), elle me rétorque : "Non, je suis bien avec ma veste." Je souris intérieurement.

C'est le dernier jour où je porte ce cœur en velours sur mon ventre et l'enlever me demande un véritable effort. Je n'ai pas envie de m'en séparer, je me sens bien avec lui contre mon utérus. Le soir, je propose à Alexandre

un massage. Il “capte” immédiatement… et reste silencieux. J’ai envie de pleurer pendant que mes mains enduisent son corps de miel. Je me sens très touchée, mais ce n’est pas de la tristesse.

C’est plutôt un aboutissement heureux même si ça me remue profondément.

Alors que je dessine ce cœur rouge sur son sexe, je repense à ce rêve où je rendais Alexandre “responsable/coupable de la conception de l’enfant”… Je veux que ce cœur m’aide à voir différemment les choses… et je prends mon temps pour le dessiner.

Cet acte m’a apporté une aide précieuse car je constate que je vis les choses différemment. Je ne me sens plus complètement happée par cette maternité négative, incapable de maintenir la tête hors de l’eau. Je vis avec cela en moi… et je me sens plus forte. Même si d’autres vagues de “maternité négative” sont revenues depuis, je les ai vécues avec plus de lucidité.

Deuxième acte psychomagique

Objectif de l’acte : après avoir réalisé le premier acte, j’ai trouvé un certain équilibre mais je continue à vivre ma maternité difficilement. Ce rêve avec mon fils mort me hante encore. Je cherche à me nourrir de cette maternité au lieu de la subir.

Conception de l’acte : je tirerais du lait de mes seins de temps en temps, quand je le sentirais nécessaire, et je l’utiliserais dans des préparations de desserts ou d’autres douceurs, cuisinées pour moi… et seulement pour moi. Cette maternité me nourrira et me rendra meilleure et plus généreuse comme femme, comme mère… comme être.

Déroulement de l’acte : les premières semaines, je sors du lait sans problème, mais la toute première fois, j’ai un sentiment de culpabilité très fort, comme si je ne méritais pas de m’offrir “cela”. Les fois suivantes, ça ne revient plus. Je fais des crêpes et verse ce lait dans la préparation. Je me vois comme la protagoniste du film mexicain *Como agua para chocolate*…

C’est une sorte de “sorcellerie” mais utilisée à des fins positives. Cet acte me remplit de joie simplement parce que depuis la naissance de Robin, mon fils, je n’ai plus rien fait pour moi vraiment. Toute mon attention va à mes enfants et à mon compagnon, Alexandre.

Alors, je mange seule ces crêpes, que j’ai accompagnées d’une boisson chaude. Il s’agit d’une douceur immense qui me remplit peu à peu, comme une sorte d’amour que je reçois de Dieu ou plus précisément d’une grand-mère qui veillerait sur moi… C’est difficile à expliquer avec des mots. Je me sens aimée “d’En Haut”, comme si je recevais l’énergie/le lait d’un grand sein chaud céleste, et ça me bouleverse complètement. Pendant quelques instants, je ne sais plus vraiment ce qui m’arrive. Je referai des crêpes à plusieurs reprises, un gâteau parfois, et quand je n’ai pas le temps, je verserai simplement un peu de mon lait dans une boisson. L’effet est toujours le même et ne se désintensifie jamais. Souvent, je ferme les yeux pour mieux me remplir de cette vague d’amour qui m’envahit alors…

C’est extraordinaire.

Durant un mois et demi, je n’arrive plus à tirer mon lait car j’en ai moins. Ça me désespère car “j’en ai besoin…”. Dans les moments difficiles, si je mange l’une de mes préparations magiques, je me recentre, je retrouve immédiatement un équilibre. J’abandonne l’idée de continuer… et visualise en sophro ce lait qui me nourrit. L’effet est pareil bien que plus faible quand même. Un jour, je trouve l’idée de profiter de la force de succion de Robin pour tirer à nouveau un peu de lait pour moi. Ça fonctionne ! Je peux reprendre cet acte et en profiter avant que le sevrage n’arrive et mette fin à cette extraordinaire nourriture.

Troisième acte psychomagique

Objectif de l’acte : restimuler ma libido car depuis la naissance de mon fils Robin, j’en ai beaucoup moins. J’ai l’impression de passer mes journées à devoir répondre aux continuelles demandes de mes enfants, de mon entourage, de mon travail… et les attentes sexuelles de mon compagnon

sont vécues comme “des demandes supplémentaires à satisfaire”… et non plus comme un plaisir à partager.

Conception de l’acte : j’écrirais une lettre d’amour enflammée à mon compagnon, lui décrivant tout ce que j’aime quand on fait l’amour. Je la mettrais dans un préservatif que je porterais dans mon vagin pendant un jour ou plus… Je pourrais aussi écrire des nouvelles érotiques (nous incluant tous les deux, par exemple) et les porter en moi, de la même façon.

Déroulement de l’acte : l’idée me faisait rire mais me plaisait beaucoup car je sentais un déséquilibre dans ma relation de couple et je désirais retrouver une vie sexuelle dynamique avec Alexandre, comme c’était le cas avant la naissance de Robin. Je me suis mise à écrire cette lettre d’un trait, y incluant en détail les caresses les plus érotiques !… Et rien que d’y penser, j’ai senti mon corps se réveiller et désirer que la nuit arrive afin de retrouver mon compagnon. J’ai porté en moi cette lettre toute la journée et à plusieurs reprises, me sont venues des pensées très chaudes !! J’avais une terrible envie de faire l’amour avec lui ce soir-là. J’ai préparé la chambre avec désir afin de l’accueillir dans ce renouveau…

Nous avons eu une nuit de plaisir fort mouvementée… ça faisait longtemps que ça ne nous était plus arrivé !! J’ai adoré l’expérience et je la referai… avec des nouvelles érotiques peut-être…

Joy

Lettre 71

Objectif de l'acte : je suis la sixième d'une famille bourgeoise de sept enfants. Mes frères et sœurs étaient tous brillants, curieux, cultivés. Moi, paresseuse, je ne voulais rien faire et me suis installée dans une fausse marginalité "dorée" par la haine et les critiques que je leur adressais. J'ai donc voulu réaliser un acte psychomagique pour sortir de ma paresse, de mon parasitisme et de ma haine vis-à-vis d'eux.

Conception de l'acte : je porterai un collier très lourd où seraient collées les photos de mes six frères et sœurs, avec l'inscription de leurs diplômes respectifs. (Ayant justement prévu un séjour chez mes parents prochainement, je porterai déjà ce collier.) J'irai mendier pendant cinq jours dans un fauteuil roulant (aucune des femmes dans mon entourage familial ne travaillait et j'ai toujours connu ma grand-mère maternelle dans un fauteuil roulant car elle était paralysée par une sclérose en plaques). Tous les soirs, je laverai les vêtements que j'ai portés pour mendier. Au bout de ces cinq jours, j'irai enterrer le collier, brûler les vêtements de la mendiante. Je garderai un peu de cendres que je mettrai dans la préparation d'un gâteau que j'offrirai à six amis (représentant mes frères et sœurs). J'enverrai une rose de couleur rose à chacun de mes frères et sœurs.

Déroulement de l'acte : j'ai porté le collier pendant tout le séjour chez mes parents, peu de souvenirs me sont revenus. Cherchant à ne pas provoquer de conflit, je me suis coulée dans le moule familial, pour moi, c'est l'endormissement total, et la haine sous-jacente qui transpire dans toutes les phrases. J'ai loué un fauteuil roulant que j'ai mis dans ma voiture. Chaque fois que je devais me garer, puis me mettre dans mon fauteuil, j'étais très mal à l'aise, j'avais peur d'être vue et prise pour la tricheuse que je suis finalement, mais je me suis aperçue que personne ne faisait attention.

Me retrouver dans un fauteuil sans bouger n'était en fait pas très pénible pour moi, c'est ce que je fais la plupart du temps, attendre que l'on me pousse, subissant la vie. Je me suis donc mise à quémander, à raconter que travailler c'était trop dur, que je ne pouvais pas, que j'avais besoin d'aide. Je l'ai fait sans aucune honte, aucun amour-propre. Une personne a bousculé mon fauteuil et je suis furieuse, une handicapée a droit à des égards, non !

Mais la première pièce tombe, me surprend et me choque, je fais donc pitié. Un homme que j'ai trouvé très beau est passé et m'a donné une pièce, voilà donc l'image que je donne, mon attitude permanente vis-à-vis des hommes, comment j'essaierais de les séduire. Le regard des autres me renvoie l'image que je donne : une pauvre petite bien à plaindre, qui ne peut rien faire, un poids inutile.

Mon appel devait être fort puisque le deuxième jour quelqu'un a voulu m'emmener chez une assistante sociale, le troisième jour quelqu'un a appelé la police mais mon histoire était prête et, finalement, ils m'ont laissée tranquille. Un homme m'a proposé de me pousser mais très vite, il m'a flanquée là comme un paquet encombrant. (Le soir en me rappelant la scène, c'est ma mère que j'aurais voulu voir dans le caniveau, crise contre ce qu'elle m'a fait mais pour la première fois, je sais que derrière cette haine il y a une demande d'amour très forte.)

Le regard des enfants est dur, eux, tellement vivants face à ce zombie, manifestement ils ne comprennent pas ce que je fais là, comme ça. Du coin de l'œil, je crois voir passer un enfant qui boite, quelle image de lui-même je lui renvoie ! Je pense à l'image que j'ai donnée à mes enfants de leur mère. Mendiante moi-même vis-à-vis d'eux, je ne leur ai rien donné.

Un homme dépose sa femme à demi impotente à côté de moi. "Tu seras bien là au soleil." C'est à mon tour de voir mon reflet.

Moi qui n'ai jamais rien donné à un mendiant, j'ai du mal à comprendre la générosité des personnes. Parfois, j'ose remarquer que je n'ai reçu que

5 sous, d'autres fois, je suis toute contente de recevoir ces 5 sous, *génial, facile finalement*, mais une vie de 5 sous, qu'est-ce que c'est ? C'est ça que je veux ?

Peu à peu, la honte m'envahit. Comment est-ce que j'ose accepter ces quelques piécettes de cette femme âgée, manifestement pauvre, qui boite réellement mais qui est malgré tout souriante ? Je vois défiler beaucoup de personnes âgées ou handicapées au bras d'une personne jeune qui a sacrifié sa vie pour elles. Aux crochets de combien de personnes est-ce que j'ai vécu ?

Je ne peux pas rester très longtemps au même endroit dans mon fauteuil (nous sommes en hiver, les gens ne comprennent pas ce que je fais là seule), alors je termine ma journée en me traînant dans la ville, boitant, en tendant la main, mais c'est encore plus pénible que le fauteuil, je me sens beaucoup plus lourde… Je croise d'autres mendiants, des jeunes qui manifestement préfèrent mendier que travailler. Me voilà face à ma voleuse.

Peu à peu j'ai vu les travailleurs sous un autre jour, j'ai admiré les éboueurs. Travailler, mettre à profit nos qualités, nos mains, nos jambes, c'est avoir de la dignité.

Le soir, je lave tous mes vêtements un à un, le chapeau, le mental de celle qui se raconte qu'elle n'est rien, qu'elle ne peut rien faire, le pull, l'affectif de cette fillette en demande maternelle, qui hait tout le monde, mon cœur de pierre, les gants de celle qui ose tendre la main, voler, le pantalon de celle qui refuse de se tenir debout, de marcher, la petite culotte de la pute qui se vendrait pour être prise en charge, ferait n'importe quoi pour être regardée.

Le dernier jour je vais dans une gare routière, l'ambiance y est horrible, lourde, très basse, ça pue la transpiration. Pour mendier, je vais vers ces gens que je méprise mais c'est moi qui suis alors bien plus bas qu'eux.

Je suis allée enterrer le collier, l'enfonçant dans la terre à coups de marteau pour libérer ma haine. Puis, j'ai brûlé les vêtements de la

mendiante, quarante-cinq ans de mendicité comme cela peut vite brûler ! Quand je suis revenue à ma voiture, je me suis aperçue que j'avais laissé une partie des vêtements de ma mendiante dans le coffre, je suis repartie les brûler. À ce moment-là, la nuit est tombée, je suis restée longtemps, impossible de sortir du chemin de terre, je suis embourbée.

Je comprends que c'est ma mendiante qui me dit que je ne peux pas sortir de cette situation de handicapée, comme j'ai une petite pelle dans ma voiture, j'agis pour ne pas me laisser envahir, je dois gagner cette fois-ci. Je me mets à creuser, à mettre des branches sous les pneus, mais pendant un nouvel essai le moteur cale, je vais chercher de l'aide mais dans la seule maison des alentours il n'y a personne. J'abandonne et j'appelle à l'aide avec mon téléphone.

Quand mes amis arrivent, la voiture sort à la première tentative, c'est bien moi qui me persuade que je ne peux pas. Maintenant, c'est beaucoup plus clair pour moi, j'arrive donc à mieux couper ce mental tout à fait paralysant, je veux faire marcher mon handicapée.

Pour finir, j'ai offert le gâteau à mes amis et envoyé les roses. Un des fleuristes qui a livré s'appelle *Le Pré vert*, nom de la résidence où j'ai vécu pendant vingt ans avec ma famille. C'était donc bien un compte que je réglais avec eux.

Merci,

Liseby

Lettre 72

Objectif de l'acte : au cours de mon analyse, je suis arrivée à la conclusion que mon échec professionnel était dû à un état d'esprit que m'a inculqué mon père. Ma condition d'œdipienne endurcie m'a, dans une large mesure, conduite à suivre toute ma vie ce schéma et ainsi à permettre que "ce soit toujours lui le meilleur". Je suis violoniste comme l'a voulu mon père mais, comme je suis une femme, je n'avais pas le droit d'être une violoniste "de renom", rôle réservé dans son psychisme (et dans le mien) à l'homme. Je me suis aussi rendu compte que mon père voulait que je sois comme ma mère (une nonne), ce à quoi j'ai fidèlement obéi.

Du fait de mon attachement à ces schémas, à la fidélité envers mes parents et au lieu de ma naissance, Pampelune, j'ai pensé qu'un acte psychomagique me libérerait et me ferait grandir.

Conception de l'acte : je devrais satisfaire entièrement le besoin de mon père d'être le meilleur. Il est mort il y a des années, alors j'ai fait faire des agrandissements de trois photos de lui et je les ai installées, sous la forme d'un triptyque, sur une espèce d'autel. Avec un violon pour enfants, je devrais jouer devant lui tous les jours, en me trompant sans cesse et en disant que je suis une incapable, que seul lui aurait pu jouer de cet instrument avec talent. Je m'habillerais en nonne pour être comme ma mère et j'attacherais à ma cheville, comme un boulet de forçat, un globe terrestre bourré de photos de Pampelune. Je ferais cet acte dix jours durant puis je brûlerais les photos, je boirais un peu des cendres diluées dans du vin, j'enterrerais le reste avec le violon, mes vêtements et le globe, et je planterais dessus un pommier. Sur ce lieu, avec mon actuel violon, je jouerais, vêtue avec l'élégance d'une artiste.

Déroulement de l'acte : la réalisation de cet acte supposait une sorte de retour au moment où j'ai décidé d'être fidèle à mon père, mais je me suis aussi rendu compte que dans le présent, maintenir ce schéma (de petite fille) me convenait.

Tout d'abord, je me suis sentie tout à fait à mon aise dans le costume de nonne ; je me trouvais même belle : "Papa, je te plais, hein que je suis belle ?" Comme c'est pratique de ne pas penser à ce qu'on va porter, de ne pas se maquiller, de ne pas s'occuper du monde matériel…

Peu à peu, le costume a commencé à peser, et un jour je me suis rendu compte que, quand j'étais en présence d'autres personnes, je restais entièrement isolée, je n'entendais rien avec ma coiffe, et si je voulais intervenir, il fallait qu'on me répète ce qui s'était dit. Je n'arrêtais pas de voir des nonnes partout dans les rues. J'ai fini par me sentir triste, opaque, pleine d'une rage immense de ne pas pouvoir vivre. Le globe-boulet que je portais au pied transformait tous mes mouvements en calvaire, et me faisait même mal à la cheville. Au début, je restais à le regarder fixement comme une idiote, il se détachait presque toujours quand je me trouvais dans le quartier de ma mère, il a fini par devenir une souffrance.

Je me suis sentie envahie par un sentiment de tristesse à la pensée que j'avais choisi de vivre cette vie, si limitée, si petite, que j'avais rejeté ma condition féminine, que j'avais si peur de perdre ces protections, de vivre. J'étais ma mère. La tristesse est devenue colère.

Par ailleurs, je consacrais une heure de ma journée à jouer pour mon père. Il en a découlé une impressionnante palette de sentiments, je pleurais parfois sans m'arrêter tout en jouant aussi mal que possible. Au début, je suis revenue aux mélodies que j'étudiais enfant et j'entendais mon père me corriger, mais de façon aimable et tendre ; je le regardais fixement dans les yeux, j'avais l'impression que la photo me regardait elle aussi, il y avait une grande complicité (il m'admirait de faire ce que lui n'avait pas su faire). Je pleurais et je disais que c'était très difficile, pour qu'il vienne. Lorsque j'ai

commencé à jouer des morceaux plus compliqués, j'ai remarqué que je voulais maintenir cette attention, et lui était chaque fois plus exigeant (j'étais de plus en plus empotée). À ce moment-là, quand je disais "papa, toi tu y arriverais très bien, mais je n'ai pas ton talent ; en plus, je ne suis qu'une pauvre femme, et pas un homme fort comme toi", j'étais complètement convaincue par ce que je disais. Dans le même temps, je ressentais un grand mépris pour mes capacités, beaucoup de résistance à grandir et le faire bien, à me détacher du regard du père, même s'il ne faisait que me critiquer.

Je souffre aussi de douleurs physiques (main et dos) constantes tout au long de ma vie de violoniste. Pendant les derniers jours de l'acte, ma main s'était habituée au petit violon et je pouvais en jouer très bien, mais j'ai continué à me tromper, à m'interrompre, à encenser mon père pour qu'il soit content. Cependant, j'ai su alors que c'était par la volonté que les choses changeraient, j'ai su que, désormais, en acceptant de grandir et en assumant mes capacités, je pourrais me passer de l'avis et du jugement de mon père (et des autres). J'ai brûlé les photos et bu un peu des cendres.

J'ai acheté de beaux vêtements. J'ai dû surmonter une peur injustifiée au moment de tout enterrer à la campagne, je me voyais arrêtée par la police, incapable de creuser sans me faire prendre. J'ai fini par me lancer et ça a été en fait très facile. J'ai fait mes adieux au petit instrument, à mon père, à la nonne et à Pampelune. Très émue, je me suis sentie responsable de mon avenir.

Étonnamment, quatre jours avant la fin de mon acte, l'opéra m'a proposé de jouer dans l'orchestre de *Faust*. Il y a eu ensuite *Les Walkyries* et d'autres concerts, ce qui a ouvert un horizon professionnel jusqu'alors fermé et m'a donné la possibilité de surmonter au quotidien mes peurs et mes complexes, de vibrer avec la musique. MAGIQUE.

Quelques jours après l'enterrement, je suis retournée sur le site pour voir si le pommier poussait. La nature m'a paru étonnamment changée, je

ne reconnaissais rien. Je n'ai pas trouvé le pommier, mais sur le site je suis tombée sur les bras d'une poupée cassée. J'ai pris ça pour un signe. En revenant à la voiture pour m'en aller, au milieu du chemin, devant mes pieds, j'ai trébuché sur deux sabots en bois pratiquement neufs, de la taille des pieds d'une fillette de neuf ou dix ans, parfaitement placés l'un à côté de l'autre. J'ai pensé qu'il s'agissait de symboles confirmant celui de la poupée cassée et je les ai pris.

J'ai pensé que, avec cet acte, j'avais réussi à rompre ce qui faisait de moi la "poupée" de mon père et que, à partir de ce moment-là, la petite fille que je continue à être devait commencer à cheminer seule et à devenir une adulte.

Merci,

Verónica

Lettre 73

Cher pascALEjandro,

J'ai enfin pu découvrir votre film *Psychomagie, un art pour guérir* que j'attendais tant. Je dois vous avouer que ça m'a totalement bouleversé. À différents niveaux. J'ai d'abord regardé, intrigué, ce travail d'Alejandro que je ne connaissais pas bien. Je suis familier avec l'art-thérapie que j'ai notamment pratiqué avec mes enfants soldats au Liberia, sur *Johnny Mad Dog*, mais là, réaliser cette notion qu'il était plus facile à l'inconscient de comprendre le langage onirique que rationnel m'a tout de suite fasciné. Et j'ai suivi avec passion les différents cas que vous explorez. Qui sont tous étonnants. C'est exceptionnel. Cette idée géniale d'une mise en scène symbolique du corps pour trouver les clés du trauma à guérir m'a alors comme illuminé. Et à la fin, je ne sais pas pourquoi mais je me suis demandé quel serait mon acte psychomagique à moi. Et j'en suis venu à la conclusion que, pour une raison inconnue, il fallait que je me remaquille en clown, comme quand j'étais à l'école du cirque d'Annie Fratellini et Pierre Etaix. J'étais à ce moment-là en pleine possession de mon corps, autant par l'acrobatie, le funambulisme, le jonglage, la danse qu'en me déguisant tant en clown blanc qu'en auguste. Puis un trauma a marqué mon enfance, j'ai à cette époque été violé, ce à quoi j'ai répondu par une violence physique et brutale face à mon agresseur, allant presque jusqu'à le tuer. Après ça, j'ai arrêté le cirque et je me suis tourné vers le cinéma. Et je suis peu à peu passé de l'autre côté du rideau en me protégeant derrière ma caméra.

Pendant ce confinement, me retrouvant seul avec moi-même, j'ai réussi à terminer un scénario de fiction que je portais en moi depuis longtemps, sur ce traumatisme et sur ma vie depuis. Ça s'appelle *Addicted to Violence* et c'est l'histoire d'un photographe qui parcourt le monde pour essayer de

comprendre la violence du monde en rencontrant des gens qui en souffrent et sont dans sa problématique, comblant aussi une certaine addiction qu'il cultive pour le danger et les situations extrêmes. Comprendre sa propre violence à travers la violence des autres. Durant cette écriture j'ai découvert le travail du Dr Salmona sur les violences sexuelles et comment face à un stress extrême le cerveau disjoncte, crée une mémoire traumatique qui ne se réanime que dans des situations violentes, et crée une certaine addiction. Je me suis complètement retrouvé dans cette explication scientifique de ce trauma particulier, pas seulement juste celui de s'être fait violer mais aussi celui d'avoir pris conscience que j'étais capable de tuer, et comment ça avait provoqué cette addiction que j'avais jusqu'à récemment du mal à m'expliquer. Et ça a nourri autant mon écriture que ma propre thérapie.

La prise de conscience de ce trauma m'a fait du bien et, d'une certaine façon, libéré. Et j'ai pu enfin terminer ce scénario.

Si je vous raconte tout ça, c'est pour en revenir à votre film. Le lendemain du visionnage j'ai décidé de passer à l'acte et de me remaquiller en clown, comme j'en avais toujours ressenti le besoin, mais que je n'avais jamais eu le courage de faire. Et soudain il y a eu, je crois, ce soir-là comme un déclic. Comme si soudain me retrouver en clown, comme je l'étais avant mon trauma, m'avait permis de reprendre conscience de mon propre corps. De prendre conscience qu'en réaction au viol j'avais décidé de le rejeter, de l'ignorer. Qu'il n'y avait pas seulement mon cerveau qui avait disjoncté, et le psychique qui avait été atteint, mais qu'il y avait eu aussi ce corps avec lequel j'étais tellement en harmonie dans le cirque qui m'avait trahi. Il avait non seulement été blessé, mais était capable de tuer. Il fallait qu'il disparaisse, que plus jamais il n'inspire le désir qui engendrerait à nouveau la violence et réactiverait cette mémoire traumatique que je préférais garder enfouie. Enfin cette tentative d'acte psychomagique m'a révélé une vraie logique à quelque chose qui inconsciemment me travaille depuis tant d'années. Que je pensais avoir résolu avec la compréhension psychologique

du trauma sans me rendre compte qu'il manquait une pièce au puzzle, mon corps. Et ça va m'aider je crois à enfin faire la paix avec moi-même, mes démons, et surtout à reprendre possession de mon propre corps, ce que j'ai commencé depuis plus d'une année avec la méditation. Je sais qu'il y a encore du travail, mais j'en entrevois le chemin et ça m'amène une vraie sérénité.

Je ne pourrais jamais assez vous remercier. Grâce à vous. Grâce à votre film.

Je vous aime et vous embrasse fort,

Jean-Stéphane

*

Notre réponse

Cher Jean-Stéphane,

Nous sommes très heureux que le film t'ait plu et que la psychomagie ait pu faire écho en toi, et t'aider d'une certaine manière à avancer dans ton cheminement personnel.

Ton acte est juste et très émouvant. Alejandro te suggère de le prolonger en un acte plus précis. Il te propose de te maquiller (comme tu l'as fait) et t'habiller en clown et de vivre ainsi pendant trois jours complets, y compris dans la rue. Ces trois jours symbolisent la mort du Christ et sa résurrection trois jours plus tard. Ensuite il t'invite à choisir un enfant, savoir ce qu'il souhaiterait et le lui offrir. Afin que tu n'aies aucun problème et aucun risque de malentendu, tu peux choisir un enfant d'amis et leur expliquer qu'il s'agit d'un acte de guérison.

Si tu décides de le faire, nous serions heureux que tu nous écrives comment ça s'est passé et ce que cela a provoqué en toi.

Pour ma part, j'ai aussi appris quelque chose sur moi-même en lisant ce que tu as écrit. J'ai moi aussi été victime d'un abus sexuel quand j'étais

enfant. J'étais très jeune et dans mon cas, cela n'a pas été jusqu'au viol, mais suffisamment loin pour créer un traumatisme que j'ai occulté pendant longtemps. Mais ce qui était caractéristique, c'est que j'avais une forme de rejet de toute activité physique, je n'aimais pas le sport, je n'aimais pas danser, je me cachais dans mes vêtements en occultant tout attribut sexuel. Je croyais que cela faisait partie de ma personnalité mais grâce à toi je viens de comprendre que cela venait de là.

Nous t'embrassons très fort,

pascALEjandro

*

Réponse de Jean-Stéphane

Cher pascALEjandro,

Votre e-mail me touche énormément et je vous en remercie de tout cœur.

J'aime l'idée d'Alejandro de faire les trois jours en clown et je vais bien sûr suivre son conseil et le faire… Il faut maintenant que je me trouve un costume ! Et par rapport à l'enfant, j'imagine que je dois lui donner le cadeau en personne. Ma question est de savoir si ça peut se faire avec un enfant en France, à distance, *via* Skype par exemple, ou si c'est préférable d'avoir un enfant ici à New York.

Et je suis heureux d'apprendre que ma "révélation" grâce à votre film puisse aussi donner une explication à ta propre expérience, Pascale. C'est vrai que j'ai comme toi toujours ressenti cette impossibilité de danser, le rejet du sport à l'école, etc., Étonnant… Comme si en réalisant tout ça grâce à la psychomagie, soudain en effet tout prenait un certain sens. Et ce qui me surprend aussi, c'est que j'ai inconsciemment mis tous ces éléments dans mon scénario *Addicted to Violence*, notamment le fait que le personnage dise qu'il n'aime pas danser mais qu'on le force sous la menace, ce qui

m’est arrivé en Colombie, ou encore un pétage de plombs lors d’une séance de strip-poker, etc., et le film s’ouvre d’ailleurs sur sa voix off qui explique que la violence restera incrustée dans son corps à jamais sauf à perdre la mémoire, puis le film est ce voyage pour en venir à bout, et se termine sur le personnage sauvant un enfant afghan en lui faisant retrouver la liberté, le sortant de l’abus qu’il subit des adultes à travers son corps pour eux un objet sexuel. Comme il me semble en quelque sorte le cadeau que propose Alejandro de faire à cet enfant.

*

Réponse d’Alejandro

Cher Jean-Stéphane,

Pour répondre à ta question concernant le cadeau à l’enfant, si tu le fais à distance, cela reviendrait à continuer de mettre ton enfant intérieur à distance, or il vaudrait mieux qu’il n’y en ait pas (de distance). Un enfant à New York serait donc préférable puisque c’est là que tu es.

*

Réponse de Jean-Stéphane

Cher pascALEjandro,

Encore une fois merci mille fois de me permettre de réaliser cet acte et de m’avoir ouvert cette porte.

Depuis cette première étape, ce premier “acte” psychomagique, je suis submergé par un tas de signes, un tas de “révélations”, comme si d’un coup tout trouvait un sens. Autant au niveau personnel que professionnel. Je sens que ça a totalement débloqué quelque chose enfoui depuis longtemps en moi, et j’ai hâte de passer ces trois jours en clown pour clore pleinement et

artistiquement ce chapitre. Je pense faire ça en fin de semaine prochaine pour pouvoir être tranquille et ne pas être trop sollicité. Je m'y prépare. Ce matin j'ai pleuré et demandé pardon à moi-même sans même pouvoir contrôler cette pulsion, cette voix qui est sortie du plus profond de moi-même comme une parole qui se libérait, qui se faisait enfin entendre, ça m'a ému. J'ai dans la foulée proposé à la fille d'une amie de lui offrir un cadeau. Ils habitent un peu en dehors de New York dans la forêt, donc je me disais que c'était un endroit propice pour achever cet acte. Elle vient de m'envoyer la photo de la poupée d'une petite fille souriante et heureuse qu'elle désire. Et je me rends compte à quel point la fin de cet acte est importante, Alejandro, tu es vraiment un génie, et tu m'as permis de révéler encore autre chose à moi-même. Depuis la mort de ma mère, un peu après mon viol, je n'ai jamais réussi à offrir de cadeau ni à en recevoir. J'ai toujours évité et rejeté cette idée. Sous prétexte que ma mère nous a quittés pendant les périodes de Noël, et de mes treize ans. Elle avait préparé tous nos cadeaux, à mes frères et sœurs et à moi… mais la mort l'a emportée avant qu'elle n'ait le temps de nous les offrir en personne. Alors après sa mort, on s'est offert nos cadeaux à nous-mêmes. Sans elle. Et depuis je n'ai plus jamais voulu recevoir de cadeau ni en offrir à qui que ce soit… J'étais toujours gêné par cet acte. Offrir cette poupée de petite fille à cette petite fille que j'ai vue naître sera, j'en suis sûr, un moment important. Et je ne veux qu'une chose aujourd'hui, c'est partager avec d'autres, offrir à d'autres ce que vous m'avez offert et qui n'a pas de prix. Hâte de partager tout ça avec vous de vive voix.

Je vous embrasse fort,

Jean-Stéphane

*

Cher pascALEjandro,

J’espère que vous allez bien.

J’ai fait mon acte psychomagique le week-end dernier, il y a une semaine. Ça a été un tel bouleversement que j’avais besoin de ces quelques jours avant de pouvoir vous écrire, le temps de comprendre, intégrer, réfléchir à ce que cet acte avait pu provoquer en moi. Le premier jour a été beaucoup sur l’enfance, l’école du cirque, réapprendre à jongler, remonter sur le monocycle, faire le deuil de ma mère, des rires aux larmes. Puis le deuxième sur le trauma, la sexualité, laver le corps nu, le purifier, lui verser de la cire chaude, l’ensanglanter, le maquiller en blanc, le faire respirer. Et le troisième jour, sortir dehors. Faire confronter le clown à l’extérieur, au monde, recevoir les sourires et la bienveillance des autres. Puis en rentrant, m’autoriser à peindre aussi. Et enfin lundi dernier j’ai pris le train pour aller dans la vallée de l’Hudson offrir mon cadeau, cette poupée souriante, à Eagle, la fille de mon amie Raquel.

Chaque étape a été enivrante, guidée par cet enfant intérieur avec qui j’avais enfin l’impression de reconnecter, le retrouver après tant d’années ; le laisser me guider en toute liberté. Faire tomber les barrières. La routine. Les habitudes. Et aller au plus profond de mon être. Ça a été, je dois dire, intense, chaque journée allant au gré de son imagination, me laissant porter par ce qu’il semblait vouloir me dire. Et sortir dehors avec lui a été aussi un moment appréhendé, mais qui s’est révélé comme une libération.

Et puis le premier soir on a revu *Holy Mountain* et le dernier soir, *La Danse de la réalité*. Seuls films possibles à voir dans cet état, les tiens Alejandro. Qui résonnent d’autant plus fortement durant l’acte. Heureux d’avoir pu pendant ces trois jours ne pas être perturbé par l’extérieur, téléphone et e-mails, pour rester seul avec cet enfant intérieur. Dans ce cocon. Cette chambre d’enfant reconstituée. Ma maison transformée en espace de jeux.

Il m’a aussi donné l’explication à beaucoup de mes questions depuis des années, a soulevé des zones d’ombre, des incompréhensions parfois,

donnant d'un coup un sens limpide à ma vie jusque-là, comme si tout ce qu'avait mis en place mon inconscient soudain prenait sens, s'éclairait. Que ce soit sur ma vie au quotidien, sur mon installation ici à New York, sur chaque objet que j'ai pu amener dans ma maison pour y créer mon univers, ou sur mes films précédents, mes scénarios en cours qui prennent aussi un vrai sens à la lumière de ce que cet acte a pu provoquer.

C'est en ça que c'est beau, magique, parfois perturbant car ça arrive comme un flot euphorique. Aujourd'hui je veux faire en sorte que ces révélations continuent à me faire avancer, que cet enfant grandisse avec moi, continue de m'insuffler sa force et sa créativité. Lorsque j'ai voulu offrir sa poupée désirée à cette petite fille, il s'est aussi passé un événement inattendu. Elle s'est recroquevillée sur elle-même, en position fœtale, refusant tout d'abord d'ouvrir le paquet. Puis sa mère est venue et lui a proposé de l'ouvrir à sa place. Eagle a des problèmes d'autisme, a sept ans, et sa mère à sa naissance a, je pense, délaissé elle aussi son enfant intérieur, sa vie d'artiste, pour devenir mère. Car elle ressent que depuis elle n'est plus elle-même, ce qui crée parfois une relation difficile avec sa fille. J'ai eu la sensation que cette poupée, ressemblant étrangement à sa mère, était aussi pour l'enfant une façon inconsciente de lui faire reprendre conscience de son enfant intérieur et retrouver enfin leur paix nécessaire.

Puis je suis rentré et j'ai aussi analysé et compris beaucoup de choses dans ma relation avec mes parents. Faire la paix moi aussi avec la mort prématurée de ma mère. Et réaliser que face à cette relation que je pensais apaisée avec mon père depuis cette époque, mon enfant intérieur, lui, avait une vraie colère contre lui pour avoir refait sa vie si rapidement et m'avoir laissé devenir adulte peut-être trop tôt. Car c'est depuis ce temps que j'ai mis cet enfant intérieur au placard. Mais je suis tellement heureux de cette réconciliation aujourd'hui.

Voilà ce que j'ai pu ressentir, bien que tout cela ait provoqué bien plus bien sûr mais que ce serait trop long à rendre compte, car ça a encore une

fois donné une lumière sur chacun de mes actes jusqu'à présent.

Je vous embrasse fort,

Jean-Stéphane

Lettre 74

Ma femme et moi venions de rentrer de notre lune de miel lorsque nous sommes allés manger avec Alejandro et Pascale, en Irlande. Au cours de notre discussion, au début du repas, Alejandro a vu que mes lèvres étaient rigides et m'en a fait la remarque. Il a dit que je pouvais lui parler, qu'il était là pour moi. Il a ensuite remarqué que mon œil gauche était plus fort que le droit. L'œil gauche était l'œil féminin, le droit l'œil masculin. Selon lui, je voyais le monde à travers les yeux de ma mère et mes lèvres étaient serrées en sa présence car je n'étais pas à l'aise avec les hommes.

Alejandro n'avait aucun moyen de savoir que mes parents s'étaient séparés alors que j'avais trois ans et que j'avais grandi avec ma mère, qui en avait beaucoup voulu à mon père jusqu'à sa mort. J'ai été fortement influencé par ma mère et d'autres figures féminines comme mes tantes et ma grand-mère, qui m'ont aussi élevé. Je me suis toujours senti mal à l'aise avec les hommes et plus détendu en compagnie de femmes. J'ai pensé que ses propos étaient intéressants.

La conversation a continué et nous avons parlé de l'exposition dans laquelle il figurait alors. Certaines de ses œuvres exposées étaient des cartes de tarot. Alors que nous parlions du tarot, il a proposé à ma femme de lui tirer les cartes. Tout en lui lisant le tirage, il a dit que l'une des cartes nous représentait, mon père, mon frère et moi. D'après lui, mon frère et mon père se parlaient entre eux sans m'adresser la parole car nous étions en froid. J'ai confirmé cette affirmation : je m'étais marié le mois précédent et, pour le dire vite, il y avait eu un quiproquo pendant la cérémonie et mon père n'avait pas pu réciter le poème qu'il avait prévu de réciter sans en parler à personne. Mon père et mon frère ont pensé que je l'avais délibérément empêché de prendre la parole, ce qui n'était pas mon intention.

À ce moment-là, Alejandro a suggéré que je porte un bandeau sur l'œil gauche durant cinq jours, pour ne voir que par l'œil droit : cet acte psychomagique résoudrait le problème avec mon père et mon frère.

Parler avec Alejandro m'a convaincu qu'il souhaitait réellement faire le bien et que je devais suivre son conseil.

Le lendemain, j'ai acheté un cache-œil noir et je l'ai porté pendant cinq jours. Le premier jour, je suis resté à la maison, mais j'avais prévu d'aller à Londres le week-end suivant pour rencontrer un artiste, ce qui signifiait que j'allais devoir aller à l'aéroport et passer mon séjour à Londres avec mon cache-œil noir trois jours durant. Alors que j'avais un peu l'air d'un méchant dans un *James Bond*, tout le monde a été étonnamment sensible à mon état, en particulier à Londres. Je me souviens que je me suis arrêté pour prendre un café dans un petit café-boutique à Kensington. J'étais le seul client et la serveuse est venue me voir pour me parler et m'a offert une part de gâteau. C'était la première fois qu'une serveuse m'offrait du gâteau, elle était très gentille et bavardait avec moi. J'ai remarqué que, partout où j'allais dans Londres, les gens étaient très aimables. Lorsque je suis arrivé au Groucho Club, qui est un club privé, on ne m'a pas demandé qui j'étais et on m'a simplement laissé entrer. Lorsque je suis allé rendre visite à l'artiste avec ma femme, tout le monde a pensé que j'étais un personnage mystérieux et très intéressant. Après quelques jours à porter le cache-œil, j'ai eu l'impression que mon attention était décuplée. Mon esprit était plus clair, ma clarté mentale était absolue et mon dialogue intérieur a changé. En temps normal, ma voix intérieure est très critique et j'aurais eu des pensées réprobatrices à l'égard des autres et de moi-même. Pendant ces quelques jours, la voix s'est tue.

Bien que j'aie parlé à mon frère avant de porter le cache-œil, je n'avais pas adressé la parole à mon père depuis le mariage. Je n'avais que des informations de la part de mon frère, qui me disait la colère et la déception que lui et mon père ressentaient du fait que je l'avais empêché de parler à

mon mariage. Cependant, lorsque je suis rentré, et avec un peu d'encouragement de la part de ma femme, j'ai décidé de lui envoyer un texto gentil pour lui demander comment il allait, il m'a répondu et voilà, ça a été la fin du drame. Nous n'avons pas reparlé de ce qui s'était passé au mariage. Depuis, ma relation avec mon père s'est nettement améliorée. Tout cela est arrivé il y a trois ans environ, et alors que j'écris ce message, je reviens de chez mon père et je suis heureux de pouvoir dire que nous avons passé une très belle après-midi ensemble.

Ces dernières années, j'ai changé d'opinion et de point de vue sur mon père, que je voyais de façon très négative, et je parviens aujourd'hui à l'accepter tel qu'il est et non tel que je voudrais qu'il soit. Ce changement a amélioré notre relation et m'a aidé à me réconcilier avec des parties de moi-même jusqu'alors désavouées, en particulier mon côté masculin. Aujourd'hui, je me sens plus entier et complet, équilibré et recentré. Je peux accorder ma confiance à des hommes et, plus important encore, je sens enfin que je peux me faire confiance. J'avais besoin de faire ce saut dans le vide et d'accomplir un acte qui m'aiderait à régler mes problèmes de famille et à me réconcilier avec mon père et avec les hommes.

L'acte psychomagique a été le catalyseur qui m'a aidé à y parvenir. Il a provoqué un changement en moi, pour le meilleur, et pour cela je suis immensément reconnaissant.

Merci, Alejandro, que Dieu t'accorde la santé, le bonheur et la bonne fortune.

Philip

Lettre 75

Bonjour Pascale,

Après notre conversation où je vous faisais part de mon problème au pied, précisément à l'avant du pied droit, vous m'avez fait part et expliqué avec bienveillance la façon dont votre époux Alejandro m'a éclairée sur la psychomagie. J'ai donc appliqué ses conseils pour soulager et au mieux faire partir cette douleur.

Il s'agissait de prendre de la terre, de l'eau bénite (que vous soyez ou non croyant), du miel liquide, et de mélanger ces ingrédients, puis d'y mettre mon pied pendant quatre-vingt-dix minutes.

Et au bout de ces quatre-vingt-dix minutes, en ressortant mon pied, j'ai immédiatement ressenti la disparition presque totale de ma douleur. Et depuis, je marche beaucoup mieux même si je dois rester vigilante et reposer mon pied le plus possible.

Cette expérience est tout simplement indescriptible, moi qui suis plutôt cartésienne.

Amicalement,

Yolande

Lettre 76

Cher Alejandro,

Merci à vous et à Pascale pour votre intérêt et l'inspiration infinie que vous me donnez. Vous m'avez tous deux radicalement influencée et avez influencé ma vie de façon très positive !

Malheureusement, je n'ai jamais eu l'occasion de me voir prescrire un acte psychomagique "en tant que tel", même si j'aimerais beaucoup. Nous n'avons échangé que quelques mots dans la rue devant votre hôtel le 29 octobre 2016 à Grenade, où j'étais venue exprès depuis Prague pour vous rencontrer et obtenir l'acte psychomagique. Je vous ai expliqué ma peur de parler en public (je suis anthropologue et je dois prononcer des discours, donner des conférences et faire des présentations). Votre réponse a été *"Necesitas desnudarte frente al público*[*1]*."* Nous n'avons hélas pas eu le temps d'échanger davantage.

J'ai suivi ce conseil, littéralement et métaphoriquement.

En ce qui concerne la réalisation littérale de l'acte, c'était un défi de taille, car j'ai toujours eu une relation compliquée avec mon corps. J'étais mal à l'aise quand je me déshabillais même face à mes partenaires. La première grande étape a été de me montrer nue le soir même à Grenade devant mes amis. Et peu à peu, je me suis mise à me déshabiller à d'autres reprises, devant d'autres amis, mes parents, dans des lieux publics, tant que ce n'était pas un problème, etc., j'ai commencé consciemment à apprécier mon corps et à me sentir moins timide.

J'ai aussi pensé au sens métaphorique de "se mettre à nu" et je l'ai compris ainsi : être authentique, VRAIE, ne pas faire semblant, ne pas se cacher, ne pas mentir et ne pas avoir de secrets… Dans ce contexte, j'ai pris conscience qu'il y a trois domaines dans ma vie desquels je n'aime pas

parler et à propos desquels je ne suis pas authentique, bien qu'ils puissent sembler marginaux et absurdes :

1) Le fait d'être fille unique. Je n'ai pas d'explication rationnelle à donner, mais lorsqu'on me demandait si j'avais des frères et sœurs, j'avais toujours honte de répondre "non", et quand j'étais plus jeune, je mentais et je répondais "oui".

2) Le handicap de mes parents. Ils ont tous les deux la polio et se sont rencontrés pendant leur traitement. Ma mère est en chaise roulante et mon père boite. J'ai toujours été très mal à l'aise quand on me demandait : "Ils ont quoi, tes parents ?"

3) Ma sexualité. Je me sens complètement bisexuelle et j'ai toujours eu peur de dire à mon entourage gay que je suis aussi attirée par des hommes et à mon entourage hétéro que je suis aussi attirée par des femmes. J'avais l'impression de n'appartenir à aucun groupe et de "faire semblant" d'être gay ou hétéro en fonction du groupe social dans lequel je me trouvais à un moment donné.

Après Grenade, je me suis mise à parler davantage de ces trois aspects, quand la situation était propice. Au début, c'était EXTRÊMEMENT inconfortable pour moi, mais je n'ai presque aucun problème aujourd'hui. Cette "mise à nu", tant littérale que métaphorique, a fonctionné à merveille. Je n'ai plus aucun problème aujourd'hui à parler en public, alors qu'avant, j'étais paralysée. J'ai presque hâte de le faire et j'adore les sensations qui s'ensuivent, l'impression d'avoir relevé un grand défi.

Merci pour l'inspiration.

Je vous aime,

Lusi

Notes

*1. “Tu dois te mettre à nu devant le public.” *(N.d.T.)*

Lettre 77

Deux actes poétiques psychomagiques

Crois-tu que, de nos jours, la magie a le pouvoir de guérir, de transformer, de manifester des miracles ? Pour ma part, j'en ai été témoin de mes propres yeux, dans ma vie, grâce à des actes poétiques psychomagiques qu'Alejandro et Pascale Jodorowsky ont bien voulu me prescrire. Ma vie a changé du tout au tout. Voici mon histoire… Jusqu'au jour de ma rencontre avec Alejandro et Pascale, j'avais une vie bien remplie par ma carrière artistique, mais il me manquait l'aspect émotionnel – je désirais profondément avoir un enfant. J'avais lu et appris beaucoup de choses sur Alejandro Jodorowsky et Pascale, j'ai découvert qu'ils étaient des pionniers de l'art, de la spiritualité et de la vie, et qu'ils créaient des œuvres formidables, originales et inspirantes pour le monde. Lorsque je suis allée les rencontrer à Paris, ils m'ont accueillie avec gentillesse et bonne humeur, tous deux irradiaient d'humour et de joie, d'une grande et belle énergie de vie et d'amour. J'ai connu un grand nombre d'artistes, de chamanes, de prêtres, de médecins, d'universitaires et autres poètes, mais ce n'est que dans la voie d'Alejandro et de Pascale, celle de l'intention, du pouvoir de transformer au service du bien, que je me suis trouvée moi-même – cette rencontre a aussi été un portail qui m'a menée vers l'émerveillement véritable et une compréhension du passé et du présent. Les expériences qu'ils m'ont prescrites ont été une déflagration qui a fait éclater tous les héritages, les arbres généalogiques et les perspectives d'avenir, le tout en interprétant un seul tirage du tarot, il n'y a qu'ainsi que je peux expliquer ce miracle. J'en suis encore aujourd'hui émerveillée.

Je leur ai expliqué que je voulais un enfant mais que j'avais l'impression que ce n'était pas possible. J'avais dépassé les quarante ans,

j’avais un mari et nous avions essayé, mais rien ne semblait marcher. J’étais en train de renoncer à ce rêve, même si je gardais un petit espoir, tout en sachant qu’au vu de mon âge, c’était pratiquement impossible. La plupart des médecins me disaient qu’il y avait très peu de chances que ça marche et que je ne devrais pas être trop déçue.

Pendant la lecture du tirage, qui s’est limité à trois cartes, Alejandro m’a dit qu’il n’y avait pas de raison que je n’aie pas d’enfants, que tout était possible, que je pouvais être mère, pourquoi pas ! “Ça dépend de toi. Mais nous devons d’abord examiner ce qui se passe dans ta vie.”

Ces mots m’ont redonné beaucoup d’espoir, et il m’a ensuite prescrit le premier de nombreux actes psychomagiques et m’a lancée dans un voyage qui reste inachevé, puisque j’ai ouvert les yeux pour voir le monde différemment.

Il m’a dit que, lors d’une pleine lune, je devais écrire avec mon sang menstruel les initiales des noms d’anciens amants sur un morceau de papier. Je devais ensuite attacher le papier à un ballon rouge et le lâcher dans le ciel sombre et profond de la nuit. Je me suis exécutée sans poser de question. Lors d’une pleine lune, au cœur de l’hiver par une nuit irlandaise, j’ai marché seule dans l’obscurité, jusqu’à un champ boueux, et j’ai suivi les instructions. Au début, j’avais une sensation étrange, mais je savais que je devais aller au bout du rituel. Dans l’encre bleue de la nuit froide, j’ai lâché le ballon rouge et sa ficelle entourant le papier, mais il est resté coincé dans les branches d’un arbre. Je l’ai récupéré et lâché de nouveau et il s’est enfoncé dans les profondeurs de cette nuit d’hiver, rapetissant toujours plus, s’éloignant de moi jusqu’à sortir de ma vue.

Malheureusement, les jours et les mois ont passé sans aucun changement. Cependant, j’ai eu la grande chance de revoir Alejandro, de mieux comprendre ou d’accepter que mon désir ne se réaliserait pas. Nos chemins se sont croisés alors que j’étais à Paris pour le travail et Alejandro et Pascale m’ont de nouveau très gentiment reçue chez eux. Il importe aussi

de préciser que, en tant que femme, je voulais aussi obtenir un poste de direction en plus d'être mère, mais je me disais que ce devait être impossible : comment avoir les deux dans la vie ? Comment faire pour que cela m'arrive ? Quel était mon destin ? Je leur ai dit que l'acte du ballon n'avait pas marché. Alejandro m'a écoutée très attentivement, puis il a fait une deuxième lecture du tarot, qui s'accompagnait d'une interprétation psychologique approfondie de mon histoire familiale. Il m'a expliqué que ma mère (étant donné que mes parents avaient divorcé quand j'étais enfant) avait surcompensé et était devenue pour moi un modèle à la fois masculin et féminin. Je devais donc retrouver un équilibre masculin/féminin dans ma vie.

Il m'a ensuite montré une petite figurine très délicate posée sur le manteau de la cheminée, une magnifique madone au ventre arrondi, puis la figurine d'un cowboy viril armé d'un pistolet, qui semblait être le héros d'un western spaghetti – il m'a rappelé un personnage de l'un de ses films. Il m'a dit que je devrais combiner ces deux éléments, la mère et l'homme-chef, pour être à la fois moi et les deux dans le monde.

Alejandro m'a ensuite donné un deuxième acte psychomagique, qui allait nécessiter plus de courage, mais dont je ne pouvais parler ni à mon mari, ni à personne d'autre. Ce devait être un secret jusqu'à la naissance du bébé. L'acte consistait à me rendre dans un sex-shop parisien pour y acheter un faux phallus, mais il devait avoir l'air vrai. Je devais ensuite le mettre dans un sac rose puis dans mon sac à main (il ne fallait pas qu'il soit visible) et l'emmener partout avec moi, au travail et dans mes autres déplacements. Me rendre dans un sex-shop était quelque chose d'étrange et d'effrayant, alors j'ai rassemblé mes forces et, le cœur battant toujours plus vite, je suis entrée dans le premier que j'ai trouvé. J'allais dans un sex-shop pour faire un rite de passage, ce qui me semblait irréel. J'ai dû demander qu'on me montre le plus réaliste des sex-toys en forme de pénis, j'étais intimidée et un peu gênée. J'ai acheté l'objet et je l'ai mis dans un sac rose,

puis dans mon sac à main. Je n'en ai parlé à personne ! J'ai emmené le sac partout avec moi, au travail, en voyage. Il était toujours bien caché, et j'ai fini par oublier ce qui se trouvait dans ce sac rose, dans mon sac à main. Plusieurs mois plus tard, j'ai eu du mal à y croire mais je suis tombée enceinte et j'ai eu un bébé, qui est aujourd'hui un joyeux petit garçon ! C'était un miracle véritablement magique – nous sommes tellement reconnaissants et heureux que cet événement se soit produit. Je crois en la magie et je crois en l'acte psychomagique d'Alejandro et Pascale. Notre vie a changé de la façon la plus merveilleuse qui soit et je comprends désormais mon passé tout en me réjouissant de l'avenir.

Rachel

Lettre 78

2 octobre 2019

Cher Alejandro,

Le temps a passé : nous nous sommes vus au café *Le Téméraire* en 2007 et c'est à cette époque que tu m'as donné un acte psychomagique. À l'époque, je ressentais un gros vide et une sensation de ne pas être incarnée. Je ne l'avais pas verbalisé ainsi, mais tu m'as proposé de faire un travail avec l'un de tes élèves. Ce que je fis. Et je revins au *Téméraire* pour que tu me donnes cet acte ; que je fis également.

Il s'agissait de me rendre sur la tombe de ma grand-mère avec une image de la Vierge Marie et une pierre de deux kilos. Je devais prendre dans ma bouche du lait que je devais recracher sur l'image de la Vierge Marie en prononçant : "Ectoplasme, sors de moi !" Puis je devais planter un peigne dans la terre à côté de la tombe en disant qu'à présent je ne pouvais plus être rejointe par l'esprit de ma grand-mère et qu'à présent je ne m'appelais plus Marie-Pierre. Tu m'avais dit alors de changer de prénom ; ce que je fis. À partir de ce moment-là, j'annonçai à chacun qu'il ne devait plus m'appeler Marie-Pierre mais Angèle. Cela se passa sans aucune difficulté. Je vécus ainsi pendant onze ans, me faisant appeler par ce prénom qui n'était pas sur ma pièce d'identité.

Pendant ces onze années, j'ai développé de nombreux projets, notamment artistiques et professionnels. J'ai commencé à m'incarner, à exister par moi-même. Je me sentais "moi".

Récemment (très récemment, en janvier 2019), je décidai d'aller plus loin et d'officialiser ce prénom qui était devenu mien, et de l'inscrire sur mon acte de naissance et sur mes papiers d'identité.

Je ressens depuis ce moment une unité, un alignement réel, me permettant d'incarner pleinement ce que j'ai à faire ici.

Ce que je ne t'ai pas encore dit, c'est que, avant que tu me dises de changer de prénom, je suis allée parler avec ma mère, lui demandant les raisons pour lesquelles elle m'avait initialement prénommée Marie-Pierre. Elle m'a répondu qu'à ma naissance, elle avait culpabilisé de m'appeler ainsi, et elle avait pensé que si je n'étais pas contente, je changerais de prénom. Très mécontente, je lui ai demandé alors de me donner le prénom qu'elle ne m'avait jamais donné.

Quelques mois plus tard, nous eûmes une nouvelle discussion à ce sujet et je lui fis part de ce que je ressentais pour le prénom "Angèle". Elle me répondit alors que c'était le prénom qu'elle avait pensé pour moi.

Je fis l'acte psychomagique quelques mois plus tard.

Cher Alejandro, je te remercie profondément de la bienveillance avec laquelle tu m'as accompagnée sur le chemin de mon être. Actuellement, je continue mon chemin, j'ai l'impression d'avoir ressuscité de moi-même ou d'être née une seconde fois. Je ressens que l'alignement de mon identité est si juste par rapport à mon être et au monde. Je suis débarrassée à jamais de l'impression de ne pas exister, de ne pas avoir de place ou le droit de la prendre dans le monde.

Merci infini,

Angèle

Lettre 79

Le 24 juillet 2000

Bonjour Alejandro,

En septembre 1999, lors d'un stage sur l'arbre généalogique que tu animais à Nîmes, je t'avais dit que je me sentais toujours exclue et que je voulais en finir avec ce sentiment-là. Tu m'avais demandé alors quelles étaient les relations entre mes parents et quelles étaient mes relations avec mon père. Je t'avais répondu que mes parents se détestaient et que mon père avait été mon dieu mais en même temps très froid et très distant avec moi, un dieu inaccessible. Tu m'avais aussi fait remarquer que j'étais toujours en train d'hésiter entre l'un et l'autre, ce qui est le cas dans beaucoup de décisions dans ma vie : l'hésitation.

Tu m'avais donc prescrit l'acte suivant : voler en montgolfière et jeter par-dessus bord les trois cents reproductions d'une photo de moi. Ensuite, je devais mettre les cendres d'une photo de mon père dans un verre de vin recouvert d'un préservatif et boire le tout. Tout au long de l'acte, je devais porter sur moi la carte XX du tarot.

J'ai été très contente quand tu m'as donné cet acte mais au fur et à mesure que les jours passaient, j'ai commencé à angoisser. J'ai quand même commandé mon billet de montgolfière en décembre 1999 et il a fallu attendre juillet 2000 pour pouvoir voler à cause du climat.

Mais tout au long de cette attente, l'angoisse a continué.

Finalement, les conditions climatiques étant idéales le 21 juillet, j'ai pu faire l'acte. Je suis montée dans la montgolfière, angoissée. Tout au long de l'après-midi, j'ai eu très mal au cou et aux épaules, surtout du côté droit.

On était sept passagers, plus le pilote. Quand on a commencé à s'élever dans les airs, j'ai eu un sacré vertige et je me demandais si je tiendrais le coup. Mais le plus dur restait à venir : sortir les trois cents reproductions de moi et les jeter une par une par-dessus bord, devant les passagers et le pilote. J'ai sorti le paquet de mon sac et l'ai gardé un moment dans mes mains. J'ai demandé à mon voisin à quelle heure nous étions partis et quelle heure il était maintenant. Cela faisait vingt-cinq minutes que l'on volait. Il me restait donc environ trente-cinq minutes pour faire l'acte.

Alors j'ai commencé à jeter une photo. L'un des passagers m'a regardée faire, amusé. Je lui ai dit que j'avais fait un pari que je devais tenir. J'ai continué à jeter les photos une par une. Du coup, tous les autres passagers et le pilote s'en sont aperçus. Là, les commentaires ont commencé à aller bon train. Certains drôles, comme "Vous lancez un appel à votre petit ami ?", d'autres moins drôles (notamment ceux du pilote) : "N'en jetez pas trop, je vais me faire engueuler." Bref, il m'en restait encore au moins quatre-vingts quand j'ai entendu le pilote dire qu'on allait bientôt atterrir. En fonction de l'altitude et de la vitesse de la montgolfière, certaines photos volaient au-dessus du ballon, ce qui faisait rire les passagers, et puis la montgolfière reprenait de la vitesse et les photos se trouvaient en dessous de nous. Il restait dix minutes avant que nous atterrissions. Alors, j'ai pris mon courage à deux mains et j'ai dit au pilote "Je dois aller jusqu'au bout de mon pari, peu importe si je les jette au-dessus d'une forêt", et j'ai accéléré le mouvement. Je les ai jetées une par une rapidement. J'ai eu le temps de finir et alors que je me préparais à verser les cendres de la photo de mon père dans le verre de vin que j'avais dans mon sac, le pilote nous a dit de nous mettre en position d'atterrissage et deux minutes plus tard, nous atterrissions. Ce fut très rapide et presque brutal. Alors, quand nous avons pu sortir de la montgolfière, je me suis précipitée à l'écart et vite j'ai mis les cendres de la photo de mon père dans le verre de vin et j'ai bu le tout d'une traite (moi qui ne bois jamais). Je pensais que ça me saoulerait mais en fait,

ça m’a fait un bien fou. Ensuite, le pilote a sorti du champagne. J’en ai bu un verre, sans être saoule non plus.

Deux nuits plus tard, j’ai fait un rêve intéressant : j’ai rêvé que mon père et moi étions enlacés comme des amants et que l’on s’embrassait comme des amants. Nous étions dans mon rêve de la même taille (dans la réalité, il est plus grand que moi : 1,72 m et moi 1,50 m).

La semaine qui a suivi, j’ai été extrêmement fatiguée, remuée. Mais quelque chose de doux et paisible se met en place. Voilà. Je te remercie de m’avoir donné cet acte. J’en profite aussi pour te remercier d’avoir eu le courage de faire un travail sur toi et pour l’aide précieuse que tu dispenses depuis un certain nombre d’années.

Meilleures salutations,

Valérie

Lettre 80

Vigo, le 5 avril 2008

Cher Jodorowsky,

La semaine dernière, le mercredi 26 mars, je suis venue au *Téméraire*, où tu m'as tiré le tarot et tu m'as recommandé deux rituels, l'un pour la relation avec mon père, l'autre pour celle avec ma mère.

Je me suis habillée comme mon père le samedi suivant, ça fait tout juste une semaine aujourd'hui, et j'ai placé une photo de son visage sur le mien. J'ai préparé le sac avec le faux sang et je l'ai attaché sur mon ventre.

Comme mon père, j'ai enfoncé le couteau dans le ventre-sac. Plusieurs pensées me sont venues, dont une particulièrement forte : tu m'avais dit que plonger un couteau dans le ventre est un geste qui a à voir avec la mère. Je ne sais pas grand-chose de la relation de mon père avec sa propre mère, mais je sais que quand il avait six ans, il était parti vivre avec l'une de ses grandes sœurs, déjà mariée, qui n'avait pas d'enfants et qui, je crois, était veuve. J'ai senti que c'était ça, la souffrance, celle d'avoir été séparé de sa mère, éloigné de chez lui, et que le ventre, les entrailles blessées et l'hémorragie reproduisaient, et peut-être allégeaient aussi, en se vidant, cette souffrance et la vie.

J'ai tout rassemblé en un paquet. J'ai versé dessus du miel. Le lendemain, je suis allée au cimetière, proche de Saint-Jacques-de-Compostelle. Je n'avais pas acheté de fleurs, car à Paris j'avais vu des branches de cerisier en fleurs et il m'avait semblé que les fleurs d'un arbre fruitier seraient un beau symbole. Juste avant d'arriver au cimetière, je suis tombée sur un pommier fleuri en bord de chemin. Je me suis arrêtée pour me servir. J'ai pensé que ce serait une bonne idée de tout mettre dans un

pot, de le couvrir de miel et de terre, et de planter les branches fleuries du pommier par-dessus. J'ai profité d'un pot abandonné qui gisait là pour accomplir ce geste.

Le moment venu, j'ai libéré ma chatte. Bella vivait avec moi depuis trois ans, mais dans les derniers mois elle était terriblement jalouse, en permanence. Je crois que c'est parce que moi, j'avais eu l'occasion de rencontrer des mâles. Elle avait eu deux portées, je n'avais pas voulu la castrer, mais je l'ai rendue plus invisible. Elle symbolise mon côté sauvage et, comme j'ai déjà vécu à la campagne, j'ai décidé que c'était le moment de lui rendre sa liberté. J'ai ouvert sa cage. Elle puait. J'ai fait mes adieux à mon père et à ma chatte, elle et moi avons laissé derrière nous une période de notre vie, chacune libérée.

C'était dimanche. Je m'étais dit que le mercredi ou le jeudi serait un bon jour pour réaliser l'acte avec ma mère, mais en vérité, le matin du mercredi, je n'en avais pas très envie.

Je me suis levée tard et, chose que je fais rarement, j'ai regardé un DVD qu'une amie m'avait prêté des mois auparavant. À la fin du film, j'avais envie de me suicider. Je ressentais une grande frustration, une grande souffrance, je n'ai pas pu assouvir tous mes désirs dans la vie. Je pleurais. Ce n'était pas la première fois que je me sentais ainsi, ça m'était arrivé même avant le suicide de ma mère.

C'était l'heure du rituel. J'ai cherché les vêtements que je garde d'elle, j'ai choisi une jupe qu'elle avait portée dans les jours précédant sa mort et un polo noir que j'ai souvent mis, parce qu'il est à ma taille. J'ai préparé le lieu de la chute, de l'autre côté de la fenêtre. Dans la maison où je vis, il y a une fenêtre qui donne sur une terrasse. Tout était prêt. J'ai ouvert la fenêtre et je me suis assise, comme elle l'avait fait sans doute, et des pensées me sont venues qu'elle avait peut-être eues, elle aussi. Je ne me suis pas jetée tout de suite. C'est quand j'ai fermé les yeux que j'ai senti le vide qui s'ouvrait devant moi et qui m'invitait à me lancer. C'est ainsi que je l'ai

fait. Je suis restée un moment au sol. J'ai pleuré un peu, avec le sentiment d'être perdue. Au bout d'un moment, j'ai senti que je me dédoublais, que ma mère restait au sol et que moi je me relevais. Je me suis déshabillée et j'ai versé le miel. Le lendemain j'irai au cimetière, qui est à une heure de là où je vis.

Après avoir enlevé mes vêtements, ceux de ma mère comme ceux de mon père, je suis allée à la douche, qui avait été plus longue après l'acte pour/avec mon père, car j'avais eu besoin de plus de temps sous l'eau. La douche après l'acte pour ma mère a été plus sereine et courte.

L'après-midi du jour suivant, j'ai acheté des marguerites blanches, qui sont mes fleurs préférées et qui me donnent de la joie, et j'ai pris les trois branches que j'avais conservées du pommier fleuri pour ma mère. Je suis allée en voiture jusqu'au cimetière où elle est enterrée. Là, il y a un grand pot avec les fleurs que j'apporte d'habitude, qui parfois sèchent. J'ai sorti la terre, j'y ai mis les vêtements, j'ai planté par-dessus les marguerites, un cyclamen qui était là et les trois branches du pommier en fleurs (mes frères et moi, nous sommes trois), j'y ai mis le miel, la nouvelle terre et le chocolat que j'avais acheté, car ma mère était jalouse et mexicaine. (Aujourd'hui je me rends compte : tout cela s'est passé un 3 avril, et mes parents se sont mariés le 3 avril 1971.)

Je sens que j'ai réussi à faire partir la part de ma mère en moi, que j'ai mon espace et plus d'énergie pour ma vie et ma réalisation.

À la fin, le pot était vraiment beau.

Merci pour les conseils.

Je te souhaite le meilleur et j'espère avoir l'occasion de te revoir.

Je t'aime,

Fabiola

Lettre 81

Quand je suis arrivé en France, j'avais une verrue lenticulaire sur la plante du pied gauche, qui ne faisait que s'étaler et qui, selon le dermatologue, mettrait des mois à guérir complètement. Quand je t'ai raconté ça, tu as interprété cette verrue comme le fruit de la culpabilité que je ressentais d'avoir laissé ma mère au Chili. Pour guérir, tu m'as proposé que je prenne une photo de ma mère, que j'en fasse dix photocopies et que je fabrique des compresses avec de l'argile verte et les photocopies : tous les matins, je les mettrai sur la verrue. Je devais me déplacer ainsi, en marchant tous les jours sur sa photo. Après les huit premiers jours sans changement fondamental, la verrue a entièrement disparu le neuvième. Le dermatologue qui me soignait, lorsque je suis allé le consulter quelques jours plus tard, est resté très surpris et a pensé que ce n'était pas moi qui lui rendais visite, mais mon frère jumeau ! Depuis ce jour, je n'ai jamais eu de verrue au pied.

Martin

Lettre 82

À l'origine

Il y a trois ans, j'ai fait part à Alejandro Jodorowsky d'une puissante sensation d'entrave intérieure à devenir pleinement femme et auteure, ainsi que d'épisodes douloureux qui ont jalonné ma vie ces huit dernières années. Soit une succession de quatre fausses couches, après la naissance de mon fils en 2006, et la répétition de crises d'hypomanie (presque une par an depuis 2012) dont la première, de vaste ampleur, fut déclenchée à l'âge de trente-six ans (âge tardif pour ce genre de symptôme) à la suite d'une rencontre aux effets hautement émotionnels.

En outre, à l'automne 2018, lors d'un dîner familial dans notre maison de campagne, il fut évoqué la présence d'un puits dans la cave. Cette maison a été construite par mon arrière-grand-oncle et mon arrière-grand-tante, qui n'ont jamais pu avoir d'enfants. Le portrait peint de cette dernière, très aimée par ceux qui l'ont connue, figure en bonne place dans le salon et est vénéré par les femmes de ma famille telle une icône religieuse. Le récit de l'anecdote du puits, *a priori* sans importance, à Pascale et Alejandro a d'abord suscité une vive réaction de la part de Pascale, qui a perçu un lien évident entre cette aïeule et moi, dont la moitié du prénom lui rend hommage. Alejandro a validé cette interprétation et l'a approfondie, puis m'a prescrit ce qui suit.

Les actes

1. Il s'agissait dans un premier temps de mélanger un peu de mon sang avec de l'eau bénite, et de jeter le tout dans le puits sous la maison de mon arrière-grand-tante.

2. Puis de porter jusqu'à sa tombe un sac de terre aussi lourd que possible, de l'y déposer et l'y laisser, le tout en présence de mon fils. De remercier cette ancêtre à haute voix, et lui exprimer que je lui rendais ce qui lui appartenait. Puis de nettoyer sa tombe.

3. De faire imprimer une carte de visite avec un autre prénom que le mien.

4. De me confronter à mon père, vêtue en homme, et de dialoguer ainsi avec lui.

La réalisation des actes et leurs effets

Ces actes induisaient de rassembler une somme d'éléments pas à pas, ce qui constituait un petit chemin initiatique en soi.

Ce ne fut guère aisé de trouver de l'eau bénite, toutes les églises dans lesquelles je me rendais ne présentaient que des bénitiers asséchés. J'ai fini par en prélever dans une cathédrale avec le sentiment de commettre un larcin. La scène revêtit des atours burlesques : à force de veiller à agir discrètement et à estimer le nombre forcément astronomique de germes présents dans ces quelques millilitres prélevés, j'ai trébuché en quittant l'édifice sur une dalle saillante (mais la fiole, bien fermée, est restée intacte) !

Après de vaines tentatives à jouer les Belles au bois dormant se piquant au rouet, j'ai eu l'idée d'utiliser le sang de mes règles – ce qui me paraissait symboliquement approprié quant à la libération d'une énergie féminine.

Il a fallu attendre ensuite une occasion de me rendre dans la maison de famille, qui se situe loin de mon lieu de vie. J'ai réalisé cet acte deux fois. La première, ce fut lors d'un enterrement. Beaucoup de gens étaient présents et j'ai dû trouver un prétexte pour me rendre dans la cave, où j'ai jeté l'eau dans le puits un peu trop à la hâte à mon goût (l'accès à ce puits est d'autant peu aisé qu'il est grillagé). La deuxième fois, lors du voyage suivant, plus apaisé celui-ci, j'ai pris le temps de réaliser un petit cérémonial en parlant à mon ancêtre et en la remerciant encore une fois.

J’ai éprouvé un grand sentiment de libération et de joie dans le geste, et au son de l’eau qui gagnait le puits. J’ai aussi trouvé l’acte ludique, et il m’a semblé reconnecter avec mon âme d’enfant.

L’acte au cimetière s’est déroulé sans heurts, grâce à la complicité d’une cousine qui m’a véhiculée d’une grande surface à une autre afin de trouver un sac de terre suffisamment conséquent. Porter cette charge jusqu’au cimetière fut un peu laborieux, et il a fallu faire des pauses en route sous le regard circonspect de mon fils, à qui j’avais bien sûr expliqué le sens de la démarche. Lorsque j’ai déposé le sac devant la tombe, j’ai là aussi éprouvé un sentiment de grande libération. Ce symbole du fardeau que l’on restitue à son propriétaire m’a paru très puissant.

Le nettoyage du tombeau familial qui a suivi ce geste et le petit discours qui l’accompagna m’ont beaucoup apaisée. J’ai aussi pris conscience ce jour-là qu’il était important de prendre soin de ses défunts et que cela pouvait se matérialiser plus concrètement encore que par une pensée ou une prière. Dans cet acte, il m’a semblé que chacun retrouvait sa juste place, comme si quelque chose pouvait aussi bouger du côté des morts au moment où une guérison opère du côté des vivants. Il y avait là un petit réajustement, un rééquilibrage, une harmonie à rétablir. J’ai nettoyé la tombe avec application, en prenant mon temps. J’ai souhaité aux membres de ma famille disparus de naviguer avec grâce là où ils étaient.

L’acte à réaliser avec mon père m’a empêchée de dormir plusieurs nuits durant, car j’appréhendais sa réaction, mais curieusement, il ne fut pas si compliqué à effectuer. Un jour où il devait me rendre visite pour travailler avec moi, je me suis habillée en homme, avec costume, cravate et la seule paire de chaussures masculines que je possède. Je m’étais aussi dessiné une discrète moustache au crayon assortie à la couleur de mes cheveux. Lorsque j’ai ouvert la porte pour l’accueillir, mon père n’a rien dit. Ce n’est que plus tard, au beau milieu de notre conversation, qu’il m’a demandé : “Pourquoi cet accoutrement ?” J’ai prétexté un défi avec des copines, sans trop savoir

si c'était une réponse idoine, mais c'est ce qui m'est venu. Et je me suis sentie relativement à l'aise tout au long de notre échange.

Pour l'heure, je n'arrive pas à savoir si l'acte réalisé face à mon père a porté ses fruits, mais en avril dernier, des rêves marquants m'ont fait comprendre que ce travail inconscient était en mouvement.

Quant à la carte de visite, c'est l'acte qui m'a pris le plus de temps à mettre au point : je peinais à me décider pour le choix du prénom. Puis un beau jour, j'ai arrêté de chercher et j'ai opté pour le premier qui m'était venu à l'esprit. J'ai passé commande sur Internet, après avoir soigneusement étudié le design de la carte. C'est à Pascale et à Alejandro que j'ai donné les deux premières. Sur les conseils d'Alejandro, j'ai offert les autres à des amis proches, à qui j'ai raconté que cet acte était fait pour me permettre de m'affranchir des attaches inconscientes que mon prénom promène avec lui.

Dans l'ensemble, ces actes ont été réalisés dans la joie et ont engendré une mise en mouvement de mes rouages intérieurs qui me donnent la sensation d'évoluer, de me libérer progressivement de mes entraves et d'avancer vers une plus grande authenticité. Je fais confiance à ce processus et le laisse aujourd'hui agir à mon insu.

J'entends encore la voix d'Alejandro prononçant ses conseils. Je le remercie infiniment pour son absolue bienveillance.

Anne-Claire

*

Cher Alejandro,

En octobre 2021, nous avons conversé et je t'ai confié que mon audition était sérieusement entravée par de l'eau stagnante dans mes oreilles depuis des mois. Par ailleurs, depuis plusieurs jours, une tension dans le bas-ventre ne me quittait pas.

Tu m'as fait tirer deux cartes dans ton jeu de tarot. Sont apparus La Force et L'Amoureux. Après m'avoir fait décrire ces images, tu as pointé du doigt, avec une fulgurance qui m'a saisie, une problématique familiale centrale : ma mère, pour satisfaire son père, très attaché à sa lignée et à son nom, aurait voulu avoir un fils, mais, comme lui, a mis au monde deux filles. Celle qui a donné naissance à un garçon dans cette famille, c'est moi. Tu as ainsi émis cette hypothèse : ma mère interfère dans ma relation avec mon fils, agit inconsciemment comme si c'était le sien, et ne me reconnaît pas dans mon propre rôle de mère. Tu m'as suggéré, dès lors, de réaliser l'acte suivant : me présenter à ma mère vêtue des habits caractéristiques de mon fils, afin d'incarner son désir insatisfait et de parler ainsi à son inconscient.

Lors de cet échange avec toi, ma tension persistante dans le bas-ventre s'est dissoute, provoquant en moi un apaisement certain.

J'ai mis en pratique l'acte que tu m'as prescrit le lendemain même, jour où mes parents nous ont invités à déjeuner, ma famille et moi.

J'ai emprunté le sweat-shirt à capuche dont mon fils adolescent ne se départ jamais, son jean, ses baskets, et me suis attaché les cheveux. Mon mari et mon fils se sont faits les complices de cet acte psychomagique, dont je me suis gardée de leur expliquer les enjeux, afin de ne pas trop intellectualiser le processus. Il m'a fallu faire un effort pour ne pas anticiper la réaction de ma mère et faire, sur tes conseils, confiance au présent de l'acte.

À notre grande surprise à tous trois, ma mère, pourtant très observatrice, n'a pas semblé repérer mon accoutrement, si éloigné pourtant de mon style vestimentaire, en nous accueillant. Lors de l'apéritif, je me suis assise face à elle : elle me voyait ainsi de pied en cap. Non seulement elle n'a émis aucun commentaire, mais elle a affiché une mine réjouie et plus détendue qu'à l'accoutumée. À table également, aucun mot relatif à mon "déguisement" ne fut prononcé.

Lors de ce déjeuner joyeux, il fut soudain question de nos ancêtres. Ma mère a partagé avec nous des informations inédites à mes oreilles, relatives notamment à mon arrière-grand-mère maternelle. La charge romanesque de son récit l'a conduite à quitter la table et à y revenir avec un sac d'archives départementales manuscrites des XVIIe et XVIIIe siècles retrouvées dans le grenier de mon grand-père en Dordogne, qu'elle s'apprêtait à restituer aux instances administratives. Jamais auparavant ma mère n'avait évoqué en ma présence l'existence de ces documents anciens à la fascinante calligraphie. Chacun s'est emparé de ces actes de naissance et autres écritures pour en étudier le détail avant qu'ils ne regagnent leur source. Une énergie intense a gagné la pièce.

Au moment de quitter le domicile de mes parents pour me rendre à un rendez-vous, ma mère m'a rejointe et j'ai décidé de changer de vêtements devant elle. C'est à ce moment précis qu'elle a remarqué, d'un air amusé, que je portais la tenue de mon fils, me signifiant que son sweat-shirt préféré m'allait bien. Je lui ai répondu qu'il s'agissait de ses habits, en effet, et qu'il me fallait maintenant retrouver les miens. Ma mère ne fit aucun autre commentaire relatif à mon apparence ce jour-là, et sembla comme portée par une humeur scintillante d'un bout à l'autre de notre entrevue. Son inconscient aurait-il capté quelque chose de ce spectacle ?

Je suis repartie l'âme en joie de ce déjeuner. Ce fut un acte saillant, dont je ressens aujourd'hui encore les bienfaits. Comme si quelque chose s'acheminait de façon souterraine en moi – et par voie de conséquence dans l'ensemble de mon arbre familial – vers une forme de réconciliation et me libérait progressivement de mes chaînes invisibles. Un rêve récent, d'une éloquence saisissante, m'a confirmé que j'avais franchi une étape intérieure. Cet acte réalisé en est l'amorce opérante. Mon audition s'améliore progressivement depuis, et la tension qui m'encombrait au moment de notre échange n'a pas réapparu.

Pour ton écoute attentive, ta générosité et tes conseils, je te remercie du fond du cœur, cher Alejandro.

Anne-Claire

Lettre 83

Le 3 septembre 2020 s'est produit l'inattendu tant attendu. En marchant dans la rue Vieille-du-Temple, je suis tombée sur le maître Alejandro Jodorowsky, que j'admire tant, que j'ai lu, que j'ai vu dans des films, dont j'ai vu les conférences sur YouTube, etc.

Comme un aimant, je me suis approchée de lui pour lui dire que j'étais émue de le voir, puisque je l'admirais profondément, et je lui ai raconté que, ces derniers temps, je m'étais inventé des actes psychomagiques.

Avec douceur et familiarité, il m'a demandé de m'asseoir. J'étais avec Ruby (ma fille adoptive de cœur) et mon chien Tchi. Ruby parlait sans interruption, et Alejandro m'a demandé si elle était ma fille, et je lui ai dit qu'"elle était devenue ma fille", que sa mère était morte et que j'étais la compagne de son père. Avec un grand calme, Alejandro m'a demandé de lui raconter ce qui m'arrivait, si je le souhaitais, ce qui a donné lieu à un très bref récapitulatif de ma situation actuelle et d'où je venais.

J'ai quarante-cinq ans, et à deux mois j'ai perdu mon père dans un accident de la route. Mon frère et moi sommes devenus orphelins de père et c'est toujours le cas aujourd'hui : ma mère ne s'est jamais remariée et n'a vécu aucune relation amoureuse stable (du moins, à notre connaissance).

À vingt-sept ans, je suis arrivée à Paris pour me marier avec mon amoureux d'alors. Les années ont passé et mon désir d'être mère et de fonder une famille n'a fait que croître ; à l'inverse, mon ex-mari ne faisait que retarder le processus, en le repoussant à plus tard, et ce durant treize ans. Quand il s'est enfin décidé, mon corps a rejeté cette possibilité : fibromes, kystes… Nous sommes passés par deux inséminations difficiles, car je ne produisais que peu d'ovocytes, qui n'étaient pas de bonne qualité. Je n'ai pas voulu insister davantage, car je crois qu'il y a des processus dans

la vie que nous ne pouvons pas forcer. J'ai alors pensé à adopter, puisque nous remplissions tous les critères, mais, une fois de plus, mon ex-mari a voulu que nous attendions, ne serait-ce que pour aborder le sujet. Un an plus tard, il n'avait pas trouvé le temps d'en parler, et il n'avait pas non plus le temps de profiter, de construire, de discuter… Tout était de plus en plus difficile, notre relation était en réalité celle de deux colocataires, ni plus ni moins.

Depuis plusieurs années, j'avais conscience qu'en tant que femme, je n'étais pas satisfaite, non seulement parce que je n'étais pas mère, mais aussi sur le plan sexuel. Et aussi parce que j'ai toujours pensé qu'on pouvait trouver chez son compagnon quelqu'un avec qui profiter du moindre détail du quotidien. C'est ainsi que, après beaucoup de réflexion, d'insomnies, etc., j'ai pris la décision de partir.

J'ai passé deux ans et demi à essayer de comprendre comment j'étais arrivée à cette situation de désamour avec moi-même, qui m'avait conduite à penser que je ne méritais pas un homme avec lequel je m'entendrais à 100 % et avec qui fonder une famille. J'ai suivi des thérapies, j'ai lu, je me suis lancée dans une quête spirituelle avec des oracles, l'astrologie… Je connaissais Alejandro Jodorowsky depuis longtemps déjà, et il a été une source d'inspiration continuelle.

En juin 2020, j'ai rencontré Thierry, un homme de dix-huit ans de plus que moi qui avait une fille de quatre ans et dix mois. Le coup de foudre a été immédiat et très naturellement, notre relation s'est très vite stabilisée, et j'ai tout de suite eu avec Ruby des rapports très positifs, c'est elle qui s'est mise à dire que j'étais sa nouvelle maman. Rapidement mais sans hâte, nous avons commencé à vivre une relation pleine de belles choses, jusqu'à ce qu'apparaisse la famille de la défunte pour dire à Ruby que je ne pouvais pas être sa mère, ce qui a créé des conflits entre elle et moi à deux reprises et surtout en moi : je ne me sentais pas légitime, j'étais jalouse de la défunte qui, elle, avait réussi à être mère alors que moi non. Avec tous mes

problèmes gynécologiques et l'âge de Thierry, je n'aurais jamais la possibilité de le devenir.

Mon plus grand mal-être n'est cependant pas de ne pas avoir d'enfants biologiques, mais de ne pas me sentir légitime dans cette relation, d'avoir le sentiment d'être inférieure à la maman de Ruby, d'être la femme de rechange.

Sans compter ma mère qui, au début, n'était pas contente que je sois en couple avec un homme plus âgé et, une fois l'information digérée, me rabâchait les mêmes questions : "Il t'aime ?", "Il te chérit ?", "Il t'aime encore ?", "Tu lui plais ?", "Tu te maquilles ?", "Qu'est-ce qu'il en pense ?", "Il te considère comme intelligente ?", "Qu'est-ce qu'il en dit ?", etc. Je me suis alors rendu compte que ma mère ne croyait pas en moi en tant que femme et ne croyait pas en mon intelligence, et je me suis aussi aperçue qu'en réalité, je doutais autant qu'elle.

Bref, j'ai raconté rapidement tout cela au maître Alejandro lorsque je l'ai rencontré ce jour-là, et il m'a tout de suite répondu : "Tu sais que ton problème vient de ta mère." J'ai répondu que oui, car même sans avoir un panorama complet des causes de mes manquements en tant que femme et alors que j'avais tout pour me sentir accomplie, je n'y arrivais toujours pas, et je sentais que ma mère avait contribué à cet état des choses.

Sans tourner autour du pot, Alejandro J. m'a conseillé de me faire prendre en photo, nue, avec mon compagnon, ma fille et mon chien. Je devais ensuite l'envoyer à ma mère avec la légende suivante : "Pour que tu saches que moi, oui, j'ai réussi."

Après avoir pris congé et l'avoir remercié pour ce cadeau grandiose, cette clé, cette potion magique, cette thérapie, j'ai marché jusqu'à la maison et j'ai senti qu'un tourbillon prenait possession de mon corps et de mon esprit. Avant même de faire la photo, des changements ont commencé à avoir lieu : je me sentais impuissante, j'avais peur, je sentais une sorte de révolution interne, une excitation, mais, avant tout, la sensation d'être

incapable de prendre cette photo, non pas par pudeur, mais parce qu'elle serait pour ma mère une agression brutale, et la phrase, la simple idée d'écrire cette phrase me terrorisait.

J'en ai parlé avec mon compagnon, qui a été le plus enthousiaste de nous deux et qui ne comprenait pas que j'aie si peur de la réaction que pourrait avoir ma mère, pour lui, c'était naturel, beau ; il n'y avait que moi pour voir cela comme un problème.

J'en ai parlé avec mon frère qui, évidemment, a eu la même réaction que moi, car lui qui a un an de plus n'a pas encore rencontré de femme alors qu'il souhaite se marier et fonder une famille. Il est évident que nous avons le même problème, et c'est aussi le cas de ma sœur spirituelle, une amie avec qui je partage beaucoup de choses et qui s'avère être célibataire alors que son plus grand désir est de rencontrer quelqu'un. En somme, ils étaient eux aussi terrorisés, nous pensions la même chose, que ma mère allait en faire une crise cardiaque, que je ne pouvais pas lui envoyer la photo, mais c'est là que j'ai commencé à comprendre que j'avais un contrat moral avec ma mère : je ne pouvais pas être heureuse avec un homme, puisqu'elle ne l'avait pas été. Me montrer nue, avec cette phrase victorieuse, revenait à mettre au jour son échec.

Les semaines ont passé, je comprenais de mieux en mieux certains des comportements et des remarques qui, inconsciemment, m'avaient profondément marquée et fait sentir que je "ne méritais pas…". J'ai donc rassemblé tout mon courage et avec le soutien enthousiaste de mon compagnon, j'ai fait la photo, une belle photo prise avec le téléphone et le retardateur. Et voilà ! Mon homme, ma fille et mon chien avec moi, nus.

Je n'ai pas voulu retarder les choses davantage, car je sentais que le travail intérieur était fait, je l'ai envoyée avec la phrase et… surprise : ma mère m'a répondu "Quelle belle photo"… Quoi ? Je ne pouvais pas en croire mes yeux. Quarante minutes après, elle m'a envoyé un autre message (j'ai oublié de dire que ma mère vit dans un autre pays, tout cela s'est passé

par téléphone) : “Mais que signifie cette photo ? Tu sais que je suis très bête…” Bête, mon œil, elle savait très bien que ce n’était pas le type de photos que je lui envoie d’habitude et, surtout, que cet acte allait bien au-delà d’une simple distraction étant donné la force qu’il avait demandée, alors je lui ai répondu : “Rien de plus que ce que j’ai dit, j’ai réussi à former une famille et je veux que tu le saches.”

Maître Jodorowsky, je ne suis ni écrivaine ni la meilleure pour résumer ou synthétiser, mais ce qui s’est produit depuis notre rencontre, depuis l’accomplissement de l’acte (qui a été très fort pour moi, car je voulais le faire et je ne m’en sentais pas capable) et encore aujourd’hui, ce qui s’est produit, c’est un processus de guérison phénoménal, car l’acte, bien qu’il ne m’ait pris que quelques minutes (faire la photo et l’envoyer avec la phrase) a été un réactivateur de guérison.

Je me sens privilégiée, bénie des dieux, pour qu’ait eu lieu le miracle de notre rencontre, et je ne sais pas si je vous l’ai dit, mais la veille de notre rencontre, dans la matinée, j’avais crié, seule dans ma chambre, “J’en ai marre de me sentir comme ça !!! J’ai besoin que ça change !”, et quelques heures plus tard, je vous ai rencontrés, vous et votre charmante femme, et je vous suis reconnaissante du temps que vous m’avez consacré, de votre écoute et de votre appui. Je vous souhaite une vie remplie de bénédictions.

Avec tout mon amour,

Alejandra

Lettre 84

Mon enfance a été heureuse. La plus jeune d'une fratrie de quatre enfants et choyée par des parents aimants et attentifs, je vivais parmi les adultes qui m'entouraient sans jamais bêtifier avec moi. Je me sentais protégée.

Pourtant cette enfance a été marquée par un secret que j'ai moi-même occulté pendant longtemps.

Je ne sais plus à quel âge exactement, probablement entre sept et huit ans, j'ai été victime d'un abus sexuel, sans le savoir, sans le comprendre immédiatement. Cela s'est passé sans violence, presque avec douceur et sans pénétration. Mais bien que ne comprenant pas très bien ce qui m'arrivait parce que j'étais très jeune, j'ai senti que ces caresses n'étaient pas appropriées et loin d'être la manifestation d'une affection saine et innocente. J'ai repoussé mon agresseur dans ses ardeurs qui heureusement s'est arrêté net. Mais le mal était fait. Mon corps a agi comme un bouclier et je n'ai compris qu'à l'adolescence que mon vagin s'était alors fermé pour que personne ne puisse le pénétrer.

J'ai porté le traumatisme comme un fantôme qui m'empêchait d'aller au bout de toute relation amoureuse. Pourtant je ne vivais ni recluse ni craintive, mais j'ai protégé mon intériorité comme un temple sacré, j'ai nourri un idéal de vie, d'art et d'amour au sommet de tous les possibles.

Je ne me vivais pas comme un cas clinique ou névrotique mais je savais avec une tranquille certitude qu'un jour un homme parviendrait à m'ouvrir et que tout s'ouvrirait avec lui. Je savais que je le reconnaîtrais.

Je l'ai attendu, et l'attendant, je me suis nourrie d'art, d'absolu, de désirs, d'idéaux, de rêves… Je me suis construite, l'art chevillé au corps comme une religion.

Je l'ai attendu, et l'attendant, j'ai fait des rencontres marquantes, comme des signes sur le chemin jusqu'à lui.

Le hasard qui ne l'est pas m'a menée un jour à toi, Alejandro, dont je ne connaissais ni le nom ni l'œuvre.

Tu lisais le tarot gratuitement dans un café à Paris pour le monde entier qui se passait le mot de bouche à oreille.

Ce jour-là, il y avait un monde fou qui attendait son tour de lecture. Tu étais concentré sur la personne qui te consultait, ne voyant rien d'autre autour de toi. Sauf quand tu as levé les yeux avec un regard étrange et habité. Ce n'est qu'à la troisième fois que j'ai compris que c'était moi que tu regardais, de façon indescriptible mais avec profondeur et sans séduction. Quand ce fut mon tour, tu n'as pas eu besoin de retourner les cartes pour savoir qui j'étais. Et ma vie a basculé presque instantanément. Je t'ai reconnu et j'en ai pleuré d'émotion.

Durant les mois qui ont suivi, nous nous sommes liés, puis unis, définitivement. La première fois que tu m'as touchée, je t'ai laissé découvrir, sans rien te dire, que j'étais fermée et, de fait, vierge. Sans manifester d'étonnement et sans poser aucune question, tu as été d'une délicatesse exemplaire. Pas à pas, avec des gestes mesurés et précis, au fil des semaines, tu as levé les barrières, éveillé mon corps que j'avais verrouillé comme une forteresse jusqu'à toi. Avec patience et infinie tendresse, tu as attendu que la porte s'ouvre pour te laisser entrer en moi. Et tu n'en es jamais sorti. Toi seul pouvais le faire avec autant de sécurité, de force et d'amour, sans me blesser et sans risquer de me traumatiser une nouvelle fois et de manière irrémédiable. Tu es l'être que j'avais attendu depuis toujours.

J'avais inconsciemment transformé en mythologie intime ce traumatisme dont un seul être aurait la clé pour m'en sauver. Personne n'aurait pu, sauf toi. Parce qu'il fallait ta sagesse, ta force, ta connaissance, ton intelligence, ton expérience et ton amour infini. Et parce que l'univers

l'a voulu ainsi. Ce qui était cadenassé à l'intérieur de moi s'est peu à peu libéré vers une sexualité épanouie, qui n'a cessé de se développer au fil des ans en communion métaphysique, parce que l'union de deux corps qui s'aiment est une union sacrée.

Peut-on dire que transformer une agression sexuelle traumatique en acte d'amour suprême est psychomagique ?

Ce que je peux en revanche affirmer est que notre vie ensemble est un acte de psychomagie, puisque tout s'est effectivement ouvert.

Malgré nos quarante-trois ans de différence d'âge, nous nous sommes laissé la possibilité d'avoir un enfant, sans rien forcer, et en ayant foi que tout serait pour le bien. L'enfant n'est pas venu et tu craignais que je puisse mal le vivre. Mais vivre notre amour, avec ou sans enfants, était plus fort que tout, et finalement tout a une raison d'être ou de ne pas être.

Tu m'as alors proposé de transformer l'enfant biologique que nous n'avons pas eu en créant pascALEjandro, notre enfant symbolique qui porte la fusion de nos deux prénoms, tenant en son centre les trois dernières lettres de mon prénom qui sont aussi les trois premières lettres du tien, ce que là encore l'univers a voulu ainsi.

Cela est l'acte de psychomagie qui nous a permis de braver le fait de ne pas avoir d'enfants pour le créer symboliquement, cet artiste à quatre mains, à deux cerveaux, à deux âmes qui n'est ni l'un ni l'autre mais qui n'existerait ni sans l'un ni sans l'autre. Nous le nourrissons chacun de ce que nous sommes et il grandit ayant sa propre autonomie artistique. Il nous survivra, comme la fusion de nos êtres et de nos âmes, ce qui est dans notre cas, en tant que couple d'artistes que quarante-trois ans séparent mais que tout unit, encore plus fort que si nous avions eu un enfant.

Selon l'ancien livre d'alchimie *Mutus Liber*, l'alchimiste ne peut accomplir la grande œuvre tant qu'il n'a pas rencontré le véritable amour. La grande œuvre se fait à deux, deux êtres complémentaires, deux individualités qui nourrissent une troisième entité. La nôtre s'appelle

pascALEjandro. C’est le plus bel acte de psychomagie que j’ai réalisé grâce à toi, avec toi, pour l’éternité.

Merci Alejandro, pour absolument tout, du plus profond de mon âme,

Pascale

PARTIE 3

LA PSYCHOTRANSE

Introduction à la psychotranse

“Pour parcourir un kilomètre, il faut d’abord faire un pas”, a dit Lao Tseu. La psychotranse, dans le présent livre, n’est rien d’autre que ce premier pas.

Je suis né dans une famille toxique. Enfant, je n’ai reçu de tendresse ni de mon père, ni de ma mère, ni de ma sœur. Fils d’émigrés, je fus privé de l’amitié des autres enfants. Cette solitude émotionnelle me conduisit à lire, entre mes cinq et mes sept ans, tous les livres que contenait la bibliothèque rachitique de Tocopilla, ville portuaire située dans une zone désertique du nord du Chili. Dans ce cortège de lettres, ce qui m’impressionna le plus fut une gravure d’anatomie représentant un crâne humain, ouvert en deux, exposant le cerveau. Mon imagination d’enfant transforma cette masse encéphalique en une tortue dépourvue de carapace. Pendant longtemps, je vécus dans l’angoisse d’avoir dans ma boîte crânienne un animal loquace se nourrissant de mon sang.

Envahi par des idées de ce type, je me mis à douter de moi-même.

“Mon cerveau est-il à moi, ou suis-je à lui ? Si c’est lui qui pense et non moi, qui suis-je ? Un primate avalant d’étranges paroles ?”

Déployant des efforts démesurés pour mon jeune âge, je m’employai à distinguer, dans le flot de mots que vomissait la tortue, ceux qui étaient à moi. Peu à peu, construisant ma propre conscience, je me libérai de ces peurs infantiles.

“Mon cerveau n’est pas un parasite, mais un viscère, qui est mien tout autant que le cœur, le foie ou les reins. Il a pour rôle de faire pousser la graine de la conscience qui est en nous tous, êtres humains, à la naissance, jusqu’à la transformer en une âme immortelle.”

Plus tard, je m’autorisai à faire savoir à mon enfant intérieur que nous ne venons pas au monde avec une graine de conscience, mais avec une

conscience pleinement développée.

“Notre principale mission est de libérer la conscience de ses idées caduques. Derrière la confusion des mots plane un silence sacré ; derrière la confusion des sentiments, une paix sacrée ; derrière la confusion des désirs, une extase sacrée… Mais notre famille, la société et l’histoire nous enferment dans une prison de préjugés racistes, de croyances religieuses, de fanatismes politiques et d’angoisses économiques. Face à ces limites, notre cerveau occulte dans son inconscient abyssal des capacités immenses qu’il nous sera possible d’exploiter seulement lorsque notre corps se transformera en un organisme capable de communiquer par télépathie, de vaincre la gravité terrestre, de produire des changements dans la matière, de projeter un corps astral, de voyager dans le temps, d’allonger notre vie de milliers d’années.”

Mon enfant intérieur revint me voir avec des questions.

“Si ce que j’appelle *je* n’existe pas et qu’un viscère ne peut être à l’origine de pensées, qui donc les forme ?”

Sans aucune preuve scientifique, je lui affirmai que le cerveau est un récepteur et non un créateur de pensées. En hébreu, le mot *cabale* vient de *qibbel*, “ce qui est reçu”. Pour les rabbins, la Torah n’est pas un livre écrit par des êtres humains mais une série de messages reçus du plan divin.

Le psychiatre Carl Gustav Jung estimait que l’inconscient individuel est uni à tous les autres, formant ainsi un être collectif.

Jung connaissait peut-être les théories de Helena Blavatsky, l’une des fondatrices de la théosophie. Inspirée par le mysticisme hindou, elle utilisait le mot sanscrit *ākāśa* pour nommer l’aura invisible qui entoure notre planète. Dans cette “bibliothèque ākāśique” est inscrite, au moyen de sons, toute la pensée humaine passée, présente et future.

Je me suis permis de faire miennes ces théories pour que, en libérant mon imagination, je les emmène le plus loin possible.

L'inconscient collectif se rappelle le passé et le futur de l'humanité mais aussi ceux du cosmos, depuis le moment où a émergé la Vacuité jusqu'au moment où elle se dissout dans l'impensable néant. Notre mémoire contient des millions d'années, tant d'années que leur nombre est inconcevable.

Pouvons-nous, alors, connaître la Vérité ? Ce que nous appelons "cosmos", est-ce un seul ou une multitude grandiose d'univers ? Qu'y a-t-il dans le cœur impénétrable de la planète, à la surface de laquelle nous naissons et mourons ? Naissons-nous, ou sommes-nous de la matière qui adopte une nouvelle forme ? Mourons-nous ou sommes-nous un ensemble d'éléments qui se dispersent dans un espace-temps dont nous ne connaissons ni la forme ni la durée ? Nous ignorons ce qu'il y a après la mort, nous ignorons ce qu'est la vie. Les vérités scientifiques évoluent à mesure que l'on découvre les qualités nouvelles d'une *matière* qui semble ne pas avoir de masse, le monde microscopique peut être infini. Sommes-nous très loin de trouver le fond de la matière ? Le Tout et la Vacuité sont-ils deux aspects d'un même mystère ? L'être fait-il partie du néant ? L'intangible fait-il partie du corporel ? Si le Tout et la Vacuité sont une seule et même chose, il n'y a ni intérieur ni extérieur, ni centre ni surface, ni droite ni gauche, ni haut ni bas, ni loin ni proche, ni début ni fin. Le Tout-Vacant – l'appellerais-je "Dieu" ? – n'est ni grand ni petit, ni simple ni complexe, ni pur ni impur, ni mal ni bien.

L'humble philosophe Socrate (470-399 avant notre ère) avouait : "Tout ce que je sais, c'est que je ne sais rien."

Maïmonide, médecin et théologien (1138-1204), dans son volumineux *Guide des égarés*, concluait : "De Dieu, on ne peut rien dire."

Ludwig Wittgenstein, mathématicien et philosophe (1889-1951), dans son *Tractatus logico-philosophicus*, disait : "Ce dont on ne peut parler, il faut le taire."

Conscients de la profonde ignorance de la pensée logique, de nombreux thérapeutes cherchent dans les cultures autochtones cette Vérité que la

civilisation leur a arrachée : union avec le monde des rêves, des morts, des esprits qui peuplent les mers, le ciel et la terre. À l'aide de substances psychotropes, ils découvrent que tout ce qui existe vit, parle, sent et désire. Cette transe profonde les aide-t-elle à s'imprégner de la sagesse de leurs aïeux ? Trouvent-ils enfin la Vérité ? Parviennent-ils à éliminer leur Je, comme le conseillait Bouddha ?

Le Je artificiel, l'Ego, peut être éliminé… mais non le Je authentique, l'Être essentiel, qui est nécessaire pour nous unir avec les autres Êtres essentiels. Les adeptes du vaudou haïtien font de même. Au cours de cérémonies religieuses, en transe, ils reçoivent les dieux, les Lwas, à qui ils donnent forme en leur donnant un nom, un costume, une mélodie, quelques objets symboliques et un caractère. Ogou, féroce guerrier, menace ses ennemis en lacérant l'air de coups de machette ; Baron Samedi, esprit de la mort, au visage grimé de blanc, exhibe un phallus en bois ; la belle Erzulie porte trois alliances, chacune donnée par l'un de ses époux. Ces personnages ancestraux, tout comme une centaine d'autres, rappellent les nombreux *archétypes* qui, selon Jung, sont des symboles universels hérités de génération en génération et présents dans toutes les cultures.

Le Père Tout-Puissant impose son autorité absolue sur le foyer. La Mère Vierge renvoie à la maternité sans plaisir sexuel. La Persona est l'image publique qu'on donne à voir à autrui. L'Ombre est tout ce qui reste secret. Le Fripon enfreint les lois pour montrer leur vulnérabilité.

L'inconscient collectif est formé par cette galerie de personnages archaïques, à l'image du vaudou et d'autres religions, qui maintiennent leur pouvoir en distribuant récompenses et châtiments. Les croyants peuvent prétendre à des paradis ou choir dans des enfers qui s'inspirent de peurs préhistoriques : le feu, le froid, l'obscurité, les bêtes sauvages, les catastrophes naturelles, les tribus ennemies, la solitude.

Si elle est toxique, notre famille crée en nous une fausse perception de nous-mêmes. Nous grandissons sans voir la réalité de manière objective. Le

Je artificiel rejette tout changement. Chaque fois que nous voulons *pécher*, notre mémoire archaïque nous fait craindre que, si nous nous faisons prendre et punir par une exclusion du clan et une expulsion dans le dehors hostile, les bêtes sauvages ou les tribus ennemies ne nous dévorent.

Il ne faut pas rejeter les changements pour s'accomplir en tant qu'être humain. Le cosmos nous destine à une fin mystérieuse. Nous devons nous confronter à l'avenir en expulsant les mythes qu'on nous a enfoncés dans le crâne jusqu'à parvenir à la conscience ultime, celle dans laquelle nous cessons de nous voir penser, sentir, désirer ou agir. C'est un défi pour l'esprit. Il n'y a pas de séparation, ce n'est pas une expérience subjective ou objective mais une unité dans laquelle les actions qui consistent à penser, sentir, désirer ou agir s'intègrent de façon harmonieuse. L'avenir exige de nous que nous vivions dans le présent, sans préjugés ni dogmes religieux, sans fanatismes politiques, sans patries aux artificielles frontières, sans nous laisser piéger par l'âge, sans l'injustice des classes sociales, sans définitions liées au sexe, sans soif de pouvoir, de gloire ni d'argent… Notre enfant intérieur nous dit : "Parce que mon corps n'est qu'un emprunt, j'arrêterai de confondre être et avoir. Naître, c'est changer, vivre, c'est changer, mourir, c'est changer. Je ne suis pas ce que je crois être, rien ne me définit, rien ne me limite, rien n'est mien qui ne soit à tous, tout ce qui arrive aux autres m'arrive aussi, à moi. Étant le Tout, je ne suis en aucun cas à quelqu'un, tout comme personne n'est à moi. Je ne suis que quand je ne suis rien. Mon intellect a appris à mourir."

La psychotranse ne ressemble pas à la possession décrite dans la présente introduction. C'est une recherche sans artifices, sans rites magiques, sans symboles superstitieux ni croyances dénuées d'expériences, par laquelle nous laissons entrer, dans la perception limitée de nous-mêmes, des sentiments et des sensations qui nous enrichissent sans nous transformer en quelque chose d'autre que ce que nous sommes en réalité : des habitants du futur.

IMAGINATION SENSORIELLE

Pour notre inconscient, tout ce que nous imaginons est réel, ce qui nous permet de saisir des aspects de la réalité que l'intellect n'est pas en mesure de percevoir. Analyser une fleur, d'une certaine façon, c'est autopsier un cadavre. Pour nous approcher au plus près de ce qu'elle est, dans son élan vital, nous devons avoir la sensation d'être cette fleur. Quiconque observe quelqu'un d'autre sans se mettre à sa place ne peut le connaître. Les mots nous rapprochent des choses, mais ce ne sont pas les choses elles-mêmes. Une définition ne définit jamais la totalité de ce que l'on cherche à comprendre. En raison de nos limites mentales, émotionnelles, sexuelles et corporelles, nous ne vivons pas tels que nous sommes réellement, mais tels que nous croyons être. Cette conception de nous-mêmes modifie notre perception du monde et lui impose les limites que notre esprit fabrique. Tout ce à quoi nous nous identifions nous apporte des qualités.

PEAU, CHAIR, SANG ET OS

Je vais franchir la barrière textuelle et travailler directement avec toi. Si je te dis "Débarrasse ton esprit des parasites qui l'assaillent", je veux parler du brouhaha des pensées, des sentiments, des désirs et des besoins qui retentit dans ton esprit en permanence. Comme un enfant juché sur un cheval de bois, tu tournes et tournes encore autour de ton ego. Descends de ce carrousel. Laisse-le tourner sans t'identifier à la cacophonie qu'il produit. Fais le vide dans ton Je. Mets-toi à nu !

Tu perçois la peau qui enveloppe ton corps comme une frontière qui te sépare de l'*extérieur*, et tu crois que ce n'est qu'enfermé en elle que tu es ce que tu es réellement. Ton inconscient t'a couvert d'une coquille faite de ce qui te perturbe : échecs, rejets, peurs, fautes, infériorités, insatisfactions,

haines, envies, angoisse de la mort… Tous ces éléments compriment ton corps et t'empêchent de jouir du bonheur d'être vivant.

Pour te libérer de cette coquille qui t'isole de la réalité, tu dois gratter, avec une brosse à dents râpeuse et savonneuse, chaque centimètre de ta peau en imaginant que tu la dépouilles de ses expériences négatives. Une fois cette tâche accomplie (faite consciencieusement, l'opération peut durer plus d'une heure), rince-toi sous un jet d'eau froide. Ensuite, sans te sécher, reste debout dix minutes et ressens nettement la propreté de tous tes pores. Tu as expulsé de ta peau ce que tu crois savoir, ce que tu crois être et ce que tu crois posséder.

Ensuite, après les avoir enduites d'huile d'olive mélangée à une goutte d'huile essentielle de lavande, frotte tes mains l'une contre l'autre jusqu'à avoir le sentiment qu'elles brillent comme deux lucioles. Tu peux alors commencer le massage de ton *intérieur* obscur.

Octroie à chacun de tes muscles, qui te semblent au début être des animaux méfiants, la luminosité de tes mains, en les massant avec tendresse par des mouvements de va-et-vient. Lorsque ton esprit accepte que des muscles resplendissent, enfonce les doigts le plus loin possible dans ton corps, comme si tu ouvrais un coffre précieux fermé depuis des siècles. Appuyant avec une attention pleine d'amour, comme le ferait une bonne mère, transmets ainsi la lumière à ta gorge, à ton cœur, à tes poumons, à ton estomac, à tes intestins, à tes reins, à ton foie, à ton pancréas. Chaque viscère accueille ces caresses lumineuses avec gratitude et te communique un bien-être millénaire. Sans attendre, fais glisser tes mains jusqu'à ta poitrine et sens qu'elles pénètrent dans ton cœur pour te submerger dans le sang qu'il fait circuler. Ouvertes comme des poissons qui nagent dans le courant d'une rivière, tes mains naviguent lentement et sèment leur lumière dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, jusqu'à revenir au cœur. Là, arrête-toi pour sentir les battements de ton cœur : c'est le chant de la vie. Tout vibre au rythme de ses palpitations, l'*intérieur* et l'*extérieur*, la ville, le

pays, la planète, la galaxie, l'univers infini !… À l'exception de ton squelette, que tu as assimilé à la mort depuis l'enfance. Ces os pleins d'une moelle vigoureuse ne sont pas ceux d'un étranger, ils sont ta patrie véritable !

Frotte et appuie sur chacun de tes os. Réveille-les, fais-les respirer, traite-les avec respect, comme s'ils étaient des bijoux, sens leur sensibilité extrême, perçois l'amour avec lequel ils produisent cette moelle, qui nourrit ton âme.

Mets-toi à danser, sans imaginer que tu fais bouger un squelette mais en sentant que tu es un squelette qui bouge le reste de son corps. Laisse ton ossature s'exprimer, accepte des positions étranges, des gestes et des rythmes qui te sont inconnus. Danse sans aucune limite, crie, lance des sons mélodieux, des paroles mystérieuses. Accomplis tout cela en sentant que tu n'es pas ton ego immatériel, mais un corps concret qui s'exprime en toute liberté.

ÉNERGIE PRIMORDIALE

La lumière qui t'emplit et qui emplit le cosmos est le fruit d'une énergie éternelle, incroyablement plus puissante que l'explosion simultanée d'un grand nombre de bombes atomiques. Permets-toi d'imaginer et de sentir que chaque cellule de ton corps, en commençant par la moelle de tes os, contient cette force terrifiante. Sens qu'elle circule dans ta colonne vertébrale, laisse-la entrer à l'intérieur de ton crâne, dissous-la dans ton sang, fais-lui parcourir tes artères et tes veines : Force ! Force ! Force ! Comme une vague immense, l'énergie primordiale envahit tes membres, tes viscères, tes muscles, tes yeux, ta langue, ton sexe ; ce sont des vagues énormes, des marées fulgurantes, des éclairs, des ouragans qui surgissent des pores de ta peau. Tu t'unis à la puissance de la terre, des mers, de l'air

et de tout le reste. L'énergie de la lune, du soleil, des planètes, des multitudes d'astres. Cette puissance colossale se niche dans chaque cellule de ton corps, tout comme dans chaque particule de la matière universelle. À présent, tu la connais, elle est tienne. Imagine et sens que tu la domines. Tu te transformes en elle. Tu te replies en toi, tu es le noyau, vigueur immatérielle. Tu vas prendre possession de l'espace en l'emplissant de ton énergie. Avance en t'étendant le plus loin possible, plus, plus encore, infiniment plus, pour ne t'arrêter que là où ton imagination n'arrive plus. Puis fais la même chose, mais en sens inverse. Répète l'opération, dans un sens et dans l'autre. Enfin, recommence en montant et en descendant. Mets-toi à tourner jusqu'à te transformer en une sphère qui contient tout. Tu es une énergie qui n'est ni bonne ni mauvaise. Tu construis, tu maintiens, tu détruis. Rien ni personne ne peut t'arrêter. Depuis le noyau central, absorbe-toi. Te voilà redevenu un corps humain.

RETROUVER SA LIBERTÉ

Les traditions familiales, la dictature de la langue de la raison, les morales caduques, les activités asservissantes, les fanatismes patriotiques, les critiques malsaines nous empêchent d'utiliser l'ensemble de nos capacités. Dès lors qu'on s'efforce d'agir librement, on se trouve traité de fou furieux. Étant donné que nous sommes dressés depuis l'enfance comme de dociles bêtes de cirque, notre plus grande entrave est la peur de la liberté. Assez !

Dès maintenant, tu vas commencer à te libérer de la servitude. Sens que tu es enfermé, de la tête aux pieds, dans une armure d'acier qui te presse le corps, qui te suffoque, qui t'immobilise, qui t'incruste dans un bout du sol. Rends-toi compte que tu vis plongé dans une angoisse de condamné à mort.

Avec le désespoir d'un naufragé qui s'accroche à un bouchon de liège, ferme les paupières. En te fondant sur la certitude d'exister que te donnent

tes pieds, descends jusqu'à eux. Pénètre dans tes talons, sens qu'ils sont deux sphères d'os vivant, capables d'aplatir n'importe quel obstacle. Imagine qu'avec ces deux boules, tu brises les maillons d'une épaisse chaîne, que tu réduis en poudre. Pénètre dans tes cous-de-pied, sens leur solidité extrême, sers-t'en pour donner des coups, balance des roches de plus en plus grosses, jusqu'à imaginer que tu projettes toute une montagne, transformée en comète, dans l'espace cosmique. Pénètre dans tes voûtes plantaires, passerelles entre un passé perdu et une mort prochaine, prisonnières de la peur de changer, d'avancer. Arrive jusqu'à tes orteils, qui essaient de s'agripper à un présent qui se dérobe. Avec une force monumentale, désintègre tes chaussures d'acier ! Donne à tes pieds la légèreté des oiseaux ! Des chevilles à la tête, désintègre le reste de la cuirasse ! Respire profondément en éprouvant le sentiment de liberté. Sors dans la rue. Imagine que tu ne pèses rien, marche une heure et récite ces deux phrases, chacune divisée en trois pas :

"Je-suis-à toi !"

"Je-crois-en moi !"

À la fin de ta promenade, appuie-toi dos à un mur et, sans faire attention aux passants, ferme les yeux et mets-toi à réfléchir en te posant des questions et en y apportant des réponses :

"Qui suis-je ?"

(Tu es ce que tu es, et non ce que les autres veulent que tu sois.)

"À quoi suis-je lié ?"

(Tu es lié à la conscience de ta Conscience.)

"Qu'est-ce que je n'ai pas ?"

(Tu n'as pas de Je personnel.)

"Qu'est-ce que j'aspire à être ?"

(Tu veux être l'esprit de ta matière.)

Avec les yeux fermés, tu sens que tu es doté de racines qui s'enfoncent jusqu'au centre de la Terre. Ouvre les paupières. Observe le monde auquel

tu pensais appartenir avec des yeux d'enfant.

FOLIE SACRÉE

Trois jours durant, abandonne le personnage que tu présentes au monde au quotidien. Romps tes habitudes, cache tes miroirs et tes horloges. Vêts-toi de vêtements très larges, peins-toi un rond rouge sur le bout du nez. Offre-toi à la vie sans savoir ce que tu es. Empêche qu'on t'emprisonne dans des cases. Chaque fois qu'on te donne un ordre, réponds en souriant : "J'aimerais mieux pas." N'accepte ni conseils, ni modèles, ni maîtres. Fais ce dont tu as envie. Si quelqu'un te dit quelque chose de sérieux, ris. Si on te dit quelque chose de drôle, prends l'air triste. Laisse passer les mots devant ta conscience comme une masse extérieure à toi. Sois libre d'imaginer l'atroce, sois libre d'imaginer le sublime. À l'issue de ces trois jours, redeviens ce que tu as toujours été, mais garde un jour de plus le rond rouge sur ton nez.

CONSCIENCE DE LA CONSCIENCE

Qu'appelons-nous *Conscience* ? Avoir conscience de quelque chose est une chose, mais avoir conscience de la Conscience en est une autre.

"Je suis conscient lorsque, de tous les autres corps, je suis présent dans celui-ci. Je perçois les mouvements de mes mains, les battements de mon cœur, le rythme de mes paroles. Je saisis, avec tous mes sens à la fois, ce qui se passe en moi et dans le monde."

Cela est la description d'une conscience limitée, ancrée dans le *Je* et dans ce qui est *à moi*. Nous avons l'habitude de nous considérer comme

distincts de ce qui nous entoure.

“Mon ego est quelque chose de distinct, mon corps est quelque chose de distinct, de même que mes parents, la personne qui partage ma vie, ma voiture, mon argent ; chaque être, chaque chose, est quelque chose de distinct.”

Lorsque nous essayons de parvenir au sommet de notre Conscience, nous nous heurtons à ce *quelque chose de distinct*.

Si *je* m’efforce d’observer *ma* conscience, je me divise entre conscience observée et conscience qui observe. Si *je* veux observer cette conscience qui observe, je me dédouble encore une fois. Si je ne me détache pas du *Je*, le dédoublement se répétera à l’infini.

Le seul quelque chose qui n’est pas distinct est le Tout, l’union absolue du multiple. Chaque être, chaque chose, est un fragment qui contient une multiplicité. Si nous disons *“chien”*, nous renvoyons à un animal d’une certaine forme, qui évolue tandis que nous nous efforçons d’imaginer un chien semblable à tous les chiens. Nous nous apercevons alors que notre chien est la synthèse de tous les chiens que nous ayons jamais vus, en plus des chiens transformés par ce que notre esprit en fait : un chien géant, un chien de la taille d’une puce, un chien couvert de queues, etc. Il nous suffit de convoquer notre inconscient pour qu’il nous réponde en multipliant et en transformant les choses et les êtres. Chaque individu est un défilé interminable de “soi” différents.

Mariage de l’unité et de la multiplicité, tu es l’espace infini, le temps éternel, le centre immobile d’un Présent en transformation constante, un cosmos harmonieux dans lequel chaque partie, pour infime qu’elle soit, vibre dans l’extase d’un moment parfait, union absolue sans aspiration à être meilleur ou à posséder plus : un *Je* sans rien !

Cette Conscience, qui ne souffre ni la description ni la classification, qui n’est jamais née et qui jamais ne mourra, est en toi ; elle te voit grandir, vivre, arriver au moment où tu t’éteins. Alléluia ! Tu te dissoudras dans la

Conscience, comme se dissoudront en elle tous les êtres vivants, le cosmos tout entier. Elle recommencera à créer d'autres êtres, et d'autres encore, toujours différents. Ce que tu es en réalité, tu l'as toujours été. Si tu souffres, c'est en raison d'une illusion qui ne te correspond pas. Détache-toi des déceptions du passé ou des angoisses de l'avenir.

L'INTRA-INSTANT

Quand tu te dissous dans la Conscience, son énergie t'insuffle une foi dépourvue de peur. C'est une barque qui t'attend le long de la jetée. Si tu ne montes pas à bord, tu es un souvenir, ou un présage, jamais un être éveillé. Si tu montes, elle t'emmènera sans que tu connaisses la destination. Pour toi, arriver, c'est être en chemin.

LE MONDE SYMBOLIQUE

Chez toi, avec dans une main des étiquettes blanches sur lesquelles tu as inscrit, à l'encre noire, "NON", et dans l'autre main des étiquettes noires sur lesquelles tu as écrit à l'encre blanche le mot "OUI", colle ces affirmations et ces négations sur tes possessions : lit, table, chaises, meubles, photos, livres, vêtements, vaisselle, etc. Sors dans la rue les choses marquées NON et fais-en un tas, pour que d'autres puissent se servir. Ordonne les objets qui portent un OUI de façon harmonieuse. Étends-toi au sol, sur le dos… Ton corps se calme, ton esprit se calme, ta mémoire se calme, l'angoisse n'envenime pas tes espoirs, la misère ne menace pas tes rêves, la maladie n'entache pas ta conscience, l'ambition ne te ronge pas le foie, les préjugés ne font pas pourrir ta liberté… Inspire profondément,

accumule de l'air dans ton ventre, et expulse-le vigoureusement, en imaginant que tu désintègres l'immense rocher qui, sans que tu t'en aperçoives, t'écrasait. Expulse les mots de ton esprit… Le silence se déploie comme un nuage limpide. Peu à peu, tu t'allèges. Tu voles sans savoir où, sans savoir ce que tu cherches. Bientôt, tu es étendu au sol d'une chambre d'hôtel exiguë. Tu as du mal à respirer. Tu comprends que tu as toujours vécu avec le sentiment d'être prisonnier d'une cage de chair. Tu es envahi d'un tremblement qui gagne tout l'appartement. Tu crains que ta tête ne s'évapore, que ton cœur ne cesse de battre, que ton corps n'éclate. Lentement, les meubles, les murs, ce bâtiment sordide, les rues de ta ville en ruine, le monde entier commence à fondre. Tu flottes devant un soleil immense. Ses flammes adoptent la forme de ton visage : "Je suis le trésor que tu as toujours cherché."

Fais taire ton esprit, vide ton cœur, maîtrise ton sexe, expulse de ta mémoire l'image de toi-même.

Le visage des flammes se transforme en miroir. Tu t'aperçois que tu ne t'y reflètes pas. Tu n'es pas deux, mais un. Brillant comme une ampoule, tu flottes au centre d'un espace infini. La respiration s'apaise, la mémoire se calme, la fuite des secondes et des minutes ralentit : toutes les images de toi-même étaient fausses.

En poussant des soupirs de soulagement, déshabille-toi, le plus lentement possible, comme si tu arrachais des lambeaux de peau animale collés à ta propre peau depuis l'enfance. Ils t'ont fait croire que tu es une forme vide. Convaincs ton cerveau, ton cœur, ton sexe, ton ensemble de cellules que la réalité t'appartient ! Si tu ne t'unis pas au Tout, tu traînes une âme à l'agonie… Entre dans ton nombril et fouille-le en quête de ton souvenir le plus ancien : cette période sublime durant laquelle le cordon ombilical déversait en toi l'énergie qui nourrit l'univers. Amour, amour, amour, les battements de ton cœur qui s'étendent comme une aura s'entremêlent au palpitement de la Terre pour se dissoudre dans un océan de

galaxies. Ta mère coupe le cordon avec ses dents. Tu es né. Fleurs avides, tes poumons s'ouvrent, tu es envahi du désir infini d'absorber l'air de cette planète-berceau qui sillonne l'espace nourri par le soleil. Mais les préconceptions de ta famille, qui sont tes parents, tes grands-parents et des millions et des millions d'aïeux, te couvrent le cœur d'une croûte de mythes, d'ordres et d'interdits. Tu sens que tu vis emprisonné dans une personnalité qui t'est étrangère.

Luttant pour retrouver ton authenticité, tu transformes l'obscurité en lumière, la méchanceté en tendresse, l'égoïsme en générosité, l'erreur en leçon. Si tu te perçois sous un œil neuf, le monde t'offrira des opportunités conformes à ce que tu guéris dans ton esprit.

ÊTRE SANS PARAÎTRE

Enferme-toi pendant une semaine sans voir personne, déconnecte ton téléphone portable, ton ordinateur, ta télévision, ton tourne-disque. Résiste à la solitude sans écouter de musique, sans voir de films, sans te tenir au courant de l'actualité, sans lire ni journaux, ni revues, ni livres, sans écrire, sans dessiner, sans fumer, sans boire d'alcool, sans manger d'aliments mauvais pour la santé (contente-toi d'eau pure, de noix et de fruits), sans parler à voix haute, sans chanter, sans te masturber. Si tu es capable de lâcher ce que tu n'es pas pour découvrir ce que tu es, à l'aube du huitième jour, tu ouvriras la porte et tu entreras dans un monde aussi changé que toi.

LE CRÉPUSCULE DES MOTS

Si, dans l'enfance, nous avons subi un abus, au lieu de grandir normalement, nous restons bloqués à l'âge où cet événement a eu lieu. Victimes d'un souvenir qui nous martyrise ou qui, sans que nous comprenions pourquoi, nous culpabilise, nous le dissimulons sous un oubli fallacieux. Intellectuellement, nous nous comportons en adultes, mais sur le plan émotionnel, nous restons des enfants. Lorsque nous parvenons à comprendre que le mode de vie que nous avons adopté ne correspond pas à ce que nous sommes réellement, nous sommes confrontés à un choix difficile : réenfouir ce souvenir traumatique dans un oubli mensonger ou nous libérer de relations et d'activités qui ne nous satisfont pas pour avancer vers nous-mêmes.

Les racines de la fleur de lotus si parfumée s'enfoncent dans un marécage fétide. Pour arriver au sublime, nous devons nous immerger dans les profondeurs les plus lointaines de notre obscurité. Étends-toi au sol et fais le mort. En premier lieu, défais-toi de tes sensations corporelles : efface les images de ton corps. Le flot constant de mots qui t'inonde en permanence surgit d'un personnage que tu n'es plus. Sans masques pour te définir, sans être divisé en acteur et en spectateur, sois comme un miroir qui ne définit ni ne juge ce qu'il reflète. "Un grain de sable, qui flotte dans l'azur du zénith, obscurcit tout le ciel." Perçois l'énergie silencieuse qui s'accumule sous tes pensées. Sans leur donner d'importance, laisse les mots aller et venir comme des nuages poussés par le vent. Si tu luttes et que tu essaies de les éliminer, tes efforts ne feront que les multiplier. Ne les identifie pas à la réalité. Ce ne sont que des cartes de ce que tu appelles "réalité". Lorsqu'elles se dissolvent, tu peux enfin, libéré des définitions ou des préconceptions, de l'âge, de début ou de fin, capter la sublime beauté de ce que tu es véritablement : un être qui contient tout, qui s'étend dans l'espace-temps comme une aube infinie.

L’ÊTRE ESSENTIEL

Suspends tes pensées. Tu es désormais comme une forêt qui se contente de pousser, qui n’a rien à prouver. Tu ne sais pas qui tu es, mais tu sais ce que tu ressens. Tu n’as rien à demander à personne, tu ne te demandes rien à toi-même. Imagine la couleur rouge pendant que tu relâches tes pieds. Laisse-les vivre leur vie. Rouge ! Relâche tes jambes jusqu’aux genoux tandis que tu visualises la couleur orange. Laisse tes muscles se décontracter jusqu’à ton sexe en imaginant la couleur jaune. Permets à ton sexe de vivre sa vie pendant que tu remontes jusqu’à ton ventre et ta poitrine en voyant en pensée la couleur verte. Relâche tes bras jusqu’aux épaules, relâche ton dos, ton anus. Tu te fonds dans le bleu. Tu détends ton cou, ta nuque, tes narines, tes yeux, tes lèvres et ta langue. Le bleu devient violet. Relâche ton front. Ton visage est intensément lisse. La peau de ton corps tout entier luit comme un arc-en-ciel. En cet instant sacré, ton être tout entier vit sa propre vie. De l’intérieur de ton nombril naît un dense rayon de lumière. Cette ligne brillante monte le long de ta colonne vertébrale, te perfore le crâne, s’étire jusqu’à un ciel sans nuages. C’est un prolongement maternel auquel tu t’unis. Traversé par l’axe lumineux, tu te mets à tourner, montant jusqu’au centre du ciel. Une brise paisible t’extrait de l’axe et t’emmène, flottant, vers un paysage qui t’enchante. À quoi ressemble-t-il ? Est-il fertile ? Désertique ? Y a-t-il une mer, un fleuve, un lac, des bois, des montagnes, des animaux ? Tu t’avances dans ce paysage enchanteur et tu arrives au lieu que tu as toujours voulu posséder. Sur ce territoire, tu vois s’ériger ton palais, ou ton temple, ou ton château, ou ta cabane rustique, le foyer adoré où, dans bien longtemps, tu souhaites mourir. Ce bâtiment, comment est-il, de quelle forme, de quelle taille ? En lévitation, tu en fais le tour pour le voir fini, puis tu y entres. Par une porte ? Par une fenêtre, une lucarne ? En traversant les murs ? Parcours l’intérieur. Où vas-tu ? Quels obstacles rencontres-tu ? Comment les surmontes-tu ? Enfin, tu trouves le

trésor ou la récompense que tu mérites ! Ce lieu, bâti par ton imagination, sera à jamais ton refuge. Toute chose que tu veuilles créer, tu la créeras là-bas. Tout Dieu que tu souhaites voir, tu l'y verras. Tout objet dont tu aies très envie, tu l'y trouveras. Tu pourras dialoguer avec tes morts…

Tu retournes dans le ciel sans nuages, où t'attend l'axe de lumière. Tu descends vers ton corps *réel*. Tu lui révéleras ce dont tu as véritablement besoin.

POUR NOTRE INCONSCIENT,

TOUT CE QUE NOUS IMAGINONS EST RÉEL.

Ouvrage réalisé
par le Studio Actes Sud